

Método Emprego
imediatO



O Roteiro Completo **para Entrevista de** **Emprego Perfeita**





Há mais de 14 anos no mercado de trabalho e conquistando posições incríveis pelas empresas que passei e estou até hoje, passei a ajudar pessoas a conquistarem seus objetivos na recolocação profissional e a conquistar o primeiro emprego.

A partir dos resultados obtidos com centenas de pessoas, observei que o método que eu havia desenvolvido tinha potencial para atingir muito mais pessoas.

Minha história pessoal comprova que, mesmo sem terminar o ensino superior, o simples fato de aplicar as técnicas para entrevistas de emprego que ensino foram determinantes para conquistar boas posições no mercado de trabalho, muitas vezes, sem ter experiência prévia na área.

#MÉTODOEEMPREGO
IMEDIATO



Método Emprego imediato



Veja agora o que falam sobre o Método e como ele ajudou algumas pessoas a se recolocar no mercado de trabalho ou conseguirem as primeiras oportunidades no mercado de trabalho.

"Desde muito jovem comecei a trabalhar no comércio da minha família, então, de certa forma eu já tinha alguma experiência em atendimento ao cliente.

Mas uma coisa mudou completamente os meus resultados em entrevistas de emprego. A partir deste método, eu passei a ter domínio sobre a entrevista, como me destacar e me colocar como melhor candidato para as vagas que me candidatei.

Com 18 anos já consegui o segundo emprego de carteira assinada em uma grande varejista do Rio Grande do Sul e pouco tempo depois eu consegui ir para uma Agência de Marketing Digital, ganhando praticamente o dobro do que eu ganhava.

Não tenho palavras para agradecer ao Matheus por compartilhar esse conhecimento tão valioso".

Vinicius Bueno, 19 anos

#MÉTODOEEMPREGO
IMEDIATO

“Depois de fracassar em vários processos seletivos e me sentir frustrada por não saber exatamente em que eu estava errando, conheci o Método Emprego Imediato e encontrei tudo o que eu precisava.

Com esse método, eu descobri várias coisas que eu estava errando e não percebia. Após estudar o método, foi como se uma venda tivesse caído dos meus olhos.

Aprendi a conectar minhas habilidades às atribuições das vagas muito mais facilmente, entendi o que realmente estava por trás das perguntas que os recrutadores fazem nos processos seletivos e aprendi como me preparar e responder a cada uma delas.

Também aprendi como mostrar que sou a pessoa ideal para ocupar aquela vaga e como me destacar dos demais candidatos.

Com o Método Emprego Imediato eu finalmente destravei e consegui me recolocar no mercado de trabalho, para a vaga que eu tanto desejava. É um verdadeiro guia para passar em entrevistas de emprego”.

Luciana Medeiros, 34 anos

#MÉTODOEEMPREGO
IMEDIATO

Trago no começo deste livro a história de duas pessoas que foram impactadas pelo método apresentado nestas páginas porque acredito no que está aqui com toda a força.

Conviver com pessoas que conseguiram suas posições no mercado de trabalho, começaram a ter uma renda mensal, pessoas que voltaram a se sentir dignas por verem a sua importância na sociedade é algo maravilhoso e que realmente me gera uma ótima sensação de retribuir todas as coisas boas que acontecem na minha vida.

E são justamente essas pessoas com seus casos de sucesso que me fizeram escrever este livro para você. Isso mesmo, este livro é para você.

E não é por acaso que você está com ele agora nas suas mãos. Existe um porquê, uma força poderosa e divina que quer mais para você e sua vida.

E creio que esse é o seu momento de ruptura, um avançar para um novo e mais elevado patamar de vida.

Um momento de realização e de conquistas sem igual.

Aproveite este livro e este momento que chamamos de presente. Algo grandioso vai acontecer.

Finalmente, peço que você o encare não apenas como uma leitura racional e explicativa, e sim como um manual perfeito para você passar em qualquer entrevista de emprego e conquistar o seu primeiro emprego ou se recolocar no mercado de trabalho.

Aqui, além de um conteúdo profundo, testado e validado na prática por centenas de pessoas, você encontrará o método completo, com exercício e exemplos para que você tenha os melhores e maiores resultados.

Desejo uma ótima leitura! E lembre-se que há aulas em vídeo na área de membros que você precisa assistir.



Capítulo 01

COMO DESENVOLVER
UMA MENTALIDADE
DE SUCESSO

Quem está em busca da primeira oportunidade profissional ou recolocação profissional, precisa entender que existe uma relação entre a sua forma de pensar, seus resultados e como a sua comunicação interna e suas atitudes vão determinar o seu sucesso no mercado de trabalho.

Não importa se você tem 16 anos e está lendo este livro para conseguir o primeiro estágio ou se você tem 26 anos e deseja se recolocar no mercado de trabalho, você precisa entender e desenvolver uma mente blindada ao fracasso e 100% determinada e focada no seu crescimento e no seu sucesso.

Para desenvolver uma Mentalidade de Sucesso é necessário mudar a forma como você pensa e age, permanecer focado em obter resultados e se tornar um solucionador de problemas, não ter medo dos desafios e jamais permitir que o medo deixe você estagnado.

Segundo a pesquisadora Carol Deweck, autora do livro Mindset, as pessoas de mentalidade fixa acreditam que nasceram com uma cota de inteligência limitada e que isso não pode ser adquirido e desenvolvido com o tempo.

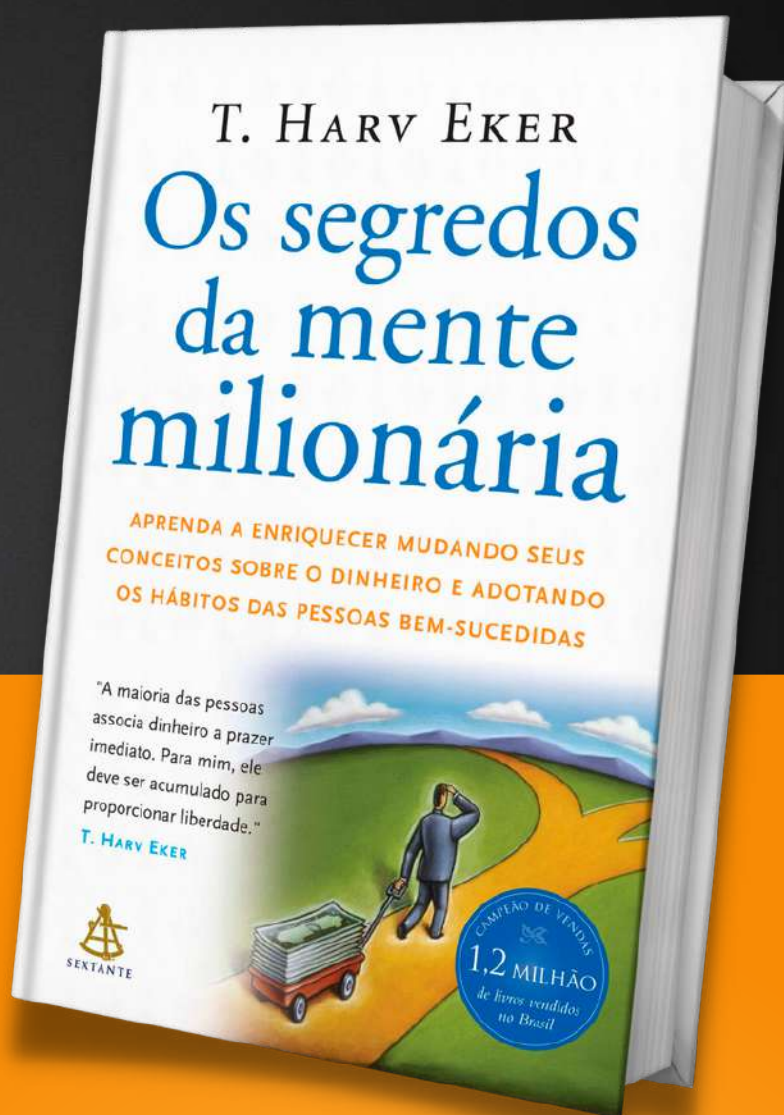
Enxergam situações difíceis como algo determinante e normalmente sem solução.

Normalmente criticam os que tiveram sucesso e não os reconhecem pelos seus méritos.

Já as pessoas de mentalidade de crescimento acreditam que sua inteligência melhora cada vez mais pela aprendizagem. E acreditam que seus resultados estão ligados diretamente aos seus esforços.

Reconhecem as pessoas de sucesso, estão sempre em busca de aprender com os erros e acertos de pessoas próximas e estão sempre fazendo o seu melhor para atingir seus objetivos.

A forma como pensamos e reagimos a situações, determina exatamente de que forma encaramos a vida e enxergamos as soluções para as diversas situações do dia a dia.



Como diz o consagrado autor best-seller do livro Segredos da Mente Milionária, T. Herv Eker “Pensamentos conduzem a sentimentos, sentimentos conduzem a ações e ações conduzem a resultados”.

Mas afinal, o que isso significa na prática?

Antes de adotarmos uma postura diante de uma ideia ou situação, a primeira coisa que fazemos é pensar de forma constante sobre um determinado assunto.

A partir destes pensamentos, passamos a chegar a conclusões, e uma vez que isso acontece, desenvolvemos um sentimento, sendo ele positivo ou negativo.

Depois disso, é comum executarmos alguma ação relacionada a este sentimento.

Quer um exemplo mais prático da vida?

Quando você se sente atraído por alguém, você simplesmente não vê a pessoa e automaticamente se apaixona. Certo?

Tudo na vida é um processo, e neste exemplo, caso você já tenha se apaixonado alguma vez, você vai concordar comigo que:

Você vê uma pessoa pela primeira vez, caso ela tenha algum traço marcante, é uma pessoa muito bonita, sabe se vestir bem, sabe se comunicar bem, é agradável, tem confiança e um belo sorriso no rosto, as chances de você se sentir atraído por essa pessoa é grande, concorda?

A partir deste momento, você passa a pensar de forma constante nessa pessoa. E a cada vez que você a vê, os pensamentos duram mais tempo, e à medida que isso ocorre, o sentimento (atração/paixão) vai aumentando.

E à medida que este sentimento se amplifica, cada vez mais você tem vontade de ir falar com essa pessoa, convidá-la para sair e ficar perto dela.

Ou seja, você é tomado por um **desejo de ação**.

Mas afinal, qual a relação disso com o mundo do trabalho?

É simples, tudo está na sua cabeça!

Se a sua comunicação interna for positiva, você será tomado por sentimentos bons, ideias boas e atitudes positivas que vão levá-lo a conquistar o seu objetivo.

Pense comigo: **Uma empresa contrata uma pessoa para resolver “problemas”**. E isso ocorre das mais variadas formas.

Um dos fatores que mais elimina candidatos em processos seletivos é a falta de clareza de propósitos e objetivos, falta de confiança, baixa resiliência e demonstrar comodismo em suas ações e histórico de vida.

Para sair vitorioso num processo seletivo, você pode usar algumas técnicas que podem te ajudar a se sentir mais seguro de si e do que você quer, o que pode te destacar dos outros candidatos.

Uma dessas técnicas é a mentalização. Nela, você irá visualizar o seu objetivo como alcançado e vai se envolver com a emoção que isso gerou em você.

Fazendo isso, de maneira consistente, você consegue condicionar a sua mente a enxergar suas qualidades e também as oportunidades de alcançar esse objetivo e você vai saber como agir.

Além disso, nossa mente “não sabe” quando estamos imaginando ou vivenciando realmente determinada situação.

Ou seja, a nossa mente não consegue distinguir o que é real do que é imaginado.

Por isso, quando visualizamos um cenário com algo que queremos realizar, como se já estivesse sendo vivido, nosso cérebro dispara substâncias, como dopamina e serotonina, que fazem com que você realize as ações necessárias para concretizar o seu objetivo, de forma natural.

Faça um teste e pense várias vezes em um carro e uma determinada cor. Naturalmente, você vai notar todos os carros iguais ao que você pensou que aparecem pela frente.

Do mesmo jeito é quando uma mulher descobre que está grávida (ou quando um homem descobre que será pai), começa a aparecer várias grávidas em toda parte.

Tanto o carro quanto a grávida sempre estiveram ao seu redor, mas, como você não pensava nessas duas coisas, elas simplesmente passavam por você e você nem percebia, pois não estava pensando nelas.

Da mesma forma são as oportunidades. Se você sabe qual é seu objetivo e o mantém em sua mente, você condiciona a sua mente a enxergar as oportunidades que te ajudarão a alcançar seu objetivo e que já estavam ali, mas você não percebia.



Como Desenvolver um Mindset de Sucesso

Para desenvolver um mindset de sucesso, você precisa fortalecer a sua autoestima.

E como fazer isso? Através da linguagem!

Isso mesmo, a autoestima é construída a partir da linguística, do diálogo interno que todos nós temos e também da opinião das pessoas com quem convivemos e que encontramos ao longo da vida.

Dependendo do ambiente no qual você cresceu e das pessoas com quem você conviveu, sua autoestima pode ser alta ou baixa.

Mas, a boa notícia é que a autoestima não é algo engessado, ela pode ser moldada.

Para isso, você precisa manter uma visão positiva sobre si mesmo e um diálogo interno focado nas suas qualidades como pessoa e como profissional.

Quando surgir uma oportunidade de crescer e de se desenvolver, esse diálogo interno precisa te impulsionar para frente, fazendo com que você se sinta confiante e capaz.

É isso que te ajuda a desenvolver um mindset de sucesso.



Passo 1: Tenha Metas e Objetivos claros

Tony Robbins, um famoso palestrante motivacional, que provavelmente você conheça, diz que o progresso é igual à felicidade.

Isso é bem verdade, pois o ser humano tem a necessidade de sentir que está caminhando em direção a um objetivo.

Sem um objetivo, a vida fica vazia, sem graça e você não tem motivação para sair do lugar.

Quando você tem um objetivo a atingir, traça algumas metas e percebe que está progredindo, você se sente motivado a continuar, até conseguir.

Por isso que, para ter uma mentalidade de sucesso, é necessário definir um objetivo e metas claras para alcançá-lo.

Se você não tem metas e objetivos para a sua vida ou sempre faz isso, mas nunca consegue alcançá-las, você pode utilizar o método SMART para mudar essa situação.

SMART significa:

Específica (specific)	Mensurável	Atingível	Relevante	Temporal
Específica (specific)	Defina onde você quer chegar. Por exemplo, em vez de dizer que seu objetivo é ganhar mais dinheiro esse ano, determine que vai ganhar 5 mil reais por mês esse ano.			

Mensurável:

Assim como suas metas e objetivos precisam ser específicos, eles também devem ser mensuráveis.

Por exemplo, não adianta definir:
"Ano que vem quero emagrecer."

Você precisa colocar prazo, números.

Melhor seria: "Quero diminuir três quilos por mês."

Atingível:

Saiba diferenciar uma meta desafiadora de uma meta inatingível.

Se você recebe um salário mínimo e determina que o seu objetivo é ganhar 5 mil reais por mês, poderá se sentir frustrado e acabar desistindo.

Seu objetivo precisa ser atingível, portanto, o ideal é traçar pequenas metas até chegar ao objetivo, como por exemplo, definir que vai fazer renda extra, para ganhar 100 reais a mais todos os meses, de forma progressiva, até dobrar seu salário.

Relevante:

O seu objetivo precisa ser forte o suficiente para você ter o desejo de realizá-lo.

O seu objetivo precisa te motivar de uma maneira, que você acorde cedo e disposto a fazer o que for preciso para atingi-lo.

Temporal:

Suas metas e objetivos precisam ter um prazo para serem concluídos.

Se você não estabelece um prazo para o seu objetivo, na verdade, ele é apenas um sonho, uma ilusão.

Se você define um prazo muito curto, corre o risco de não conseguir realizar e vai acabar se frustrando.

Por outro lado, se o prazo for muito longo, você pode se acomodar e até perder o interesse. O ideal é equilibrar e definir um prazo razoável.

Se, por qualquer motivo, você falhar nesse processo, trace novas metas, novos objetivos e aumente os prazos, mas jamais desista.

Passo 2: Tenha um propósito

Mais uma vez, citando Tony Robbins: “O que nos faz sentirmos vivos é o progresso, é a sensação de crescimento contínuo. Ou estamos crescendo ou estamos morrendo, é sobre isso que a vida se trata.”

Um propósito definido é como um combustível para viver.

Quando definimos um propósito para nossa vida, seja no âmbito pessoal ou profissional, nós nos sentimos energizados para levantar de manhã e fazer o que precisa ser feito.

Sem um propósito, a vida perde a graça, você não consegue enxergar valor em nada e acaba deixando de evoluir.

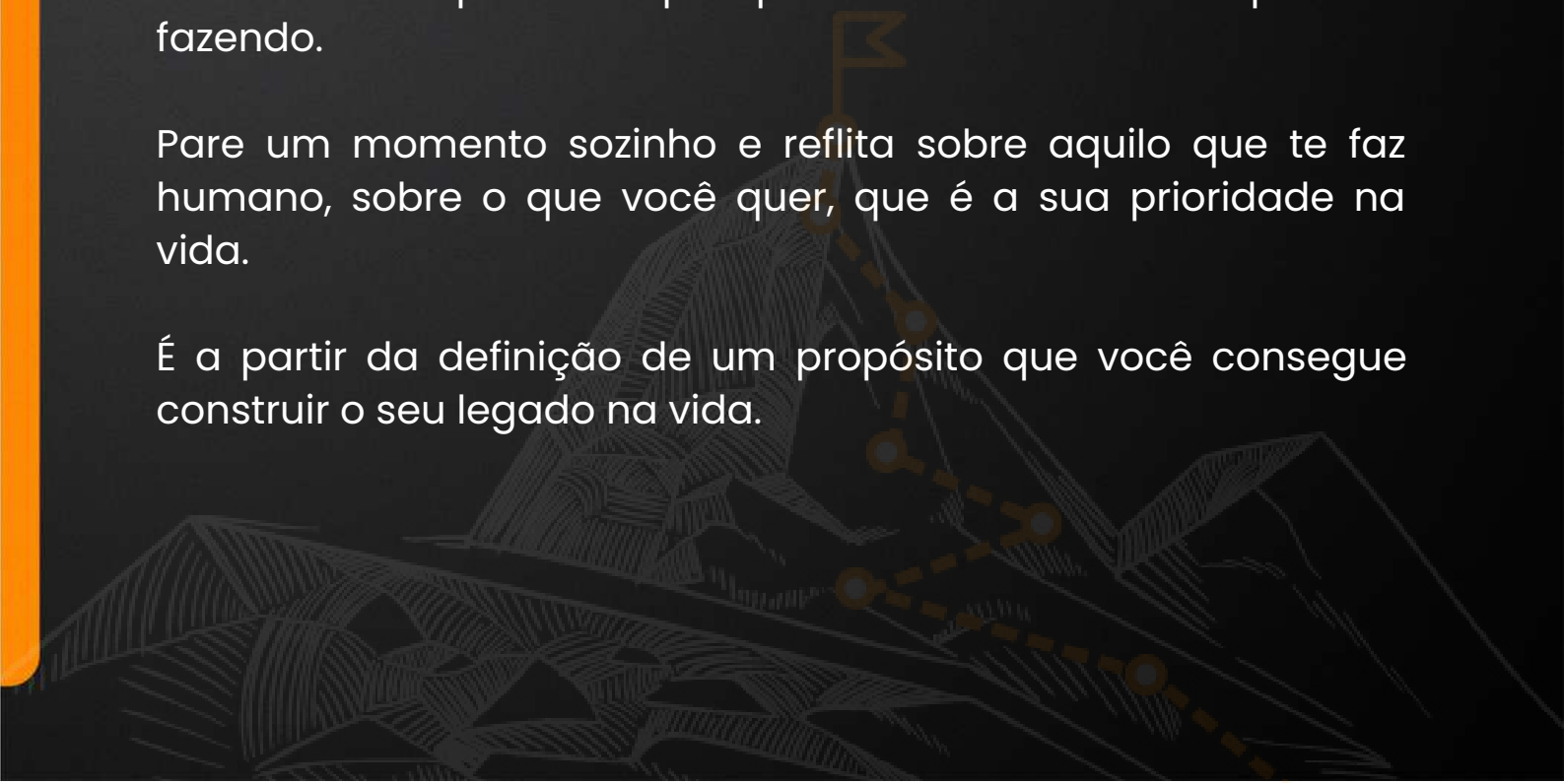
O propósito é a razão de você fazer o que você faz, é o que te move, é aquilo que faz seus olhos brilharem.

Se desligue do piloto automático e entre em contato com o que há de mais importante em sua vida.

Quando isso acontece, você começa a fazer escolhas conscientes e questionar por que você está fazendo o que está fazendo.

Pare um momento sozinho e reflita sobre aquilo que te faz humano, sobre o que você quer, que é a sua prioridade na vida.

É a partir da definição de um propósito que você consegue construir o seu legado na vida.



Passo 3: Confiança Inabalável

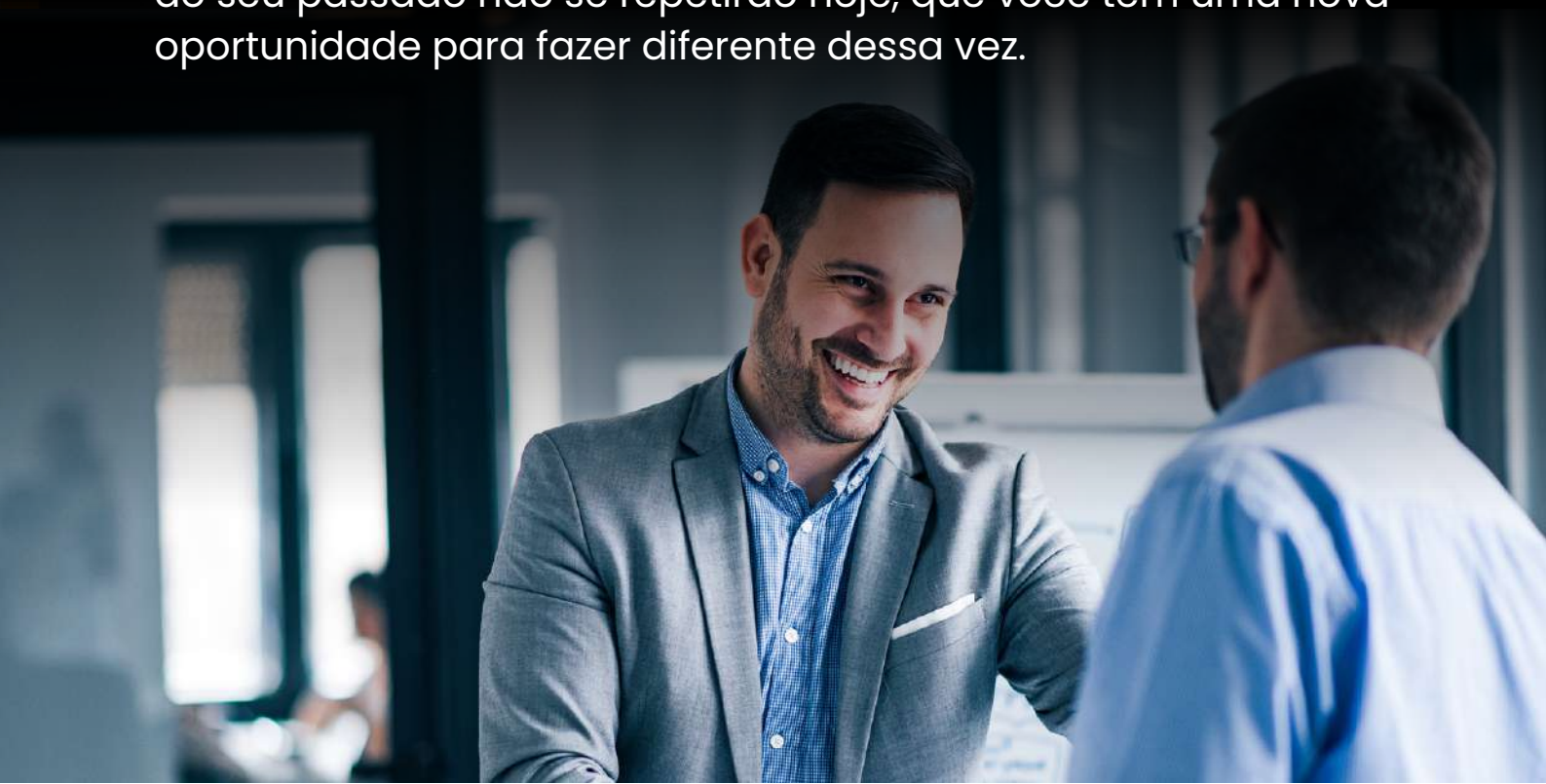
Em seu livro “Confiança Inabalável”, Maurício Zágari diz que “ A ansiedade e o medo rompem nossa tranquilidade com indesejável frequência e sem pedir licença, provocando distúrbios, afetando o ânimo e minando seriamente a confiança sobre os caminhos que devemos seguir.”

Durante nossa vida nos deparamos com várias surpresas, algumas boas e outras ruins.

Não sabemos que tipo de situação e de pessoas encontraremos pela frente, pois situações e pessoas são imprevisíveis.

Mas, podemos construir uma estabilidade emocional, capaz de criar em nós uma confiança inabalável, da qual teremos certeza que, diante de qualquer surpresa, nossas reações serão estáveis.

Você pode começar com a mentalidade de que amanhã será melhor que hoje, começar a observar seus próprios pensamentos, buscar entender que as experiências negativas do seu passado não se repetirão hoje, que você tem uma nova oportunidade para fazer diferente dessa vez.



Tenha em mente que nós estamos em constante evolução e que a pessoa que você era ontem não é a mesma de hoje, que você pode ser quem quiser, de acordo com seus pensamentos, sentimentos e ações.

Só não evolui quem faz as coisas da mesma maneira todos os dias, quem não muda de mentalidade e de atitude.

Decida que a partir de agora você será uma nova pessoa, que você vai contar uma nova história.

Quando pensamentos negativos e sabotadores invadirem, para te encher de medo e te fazer sentir derrotado por causa de experiências ruins do passado, esteja pronto para mandá-los embora, dizendo que agora você é uma nova pessoa.

Para desenvolver uma confiança inabalável, você precisa lembrar que você é tão capacitado para viver nesse mundo, como qualquer outra pessoa e que a única coisa que te impede de chegar onde quer é o seu nível de comprometimento.

Você não é inferior a qualquer outro ser humano. Tenha certeza da sua vitória, acredite que você nasceu para vencer, acredite em si mesmo.



Passo 4: Não se abale diante das dificuldades ou fracassos

O fracasso gera uma sensação ruim e deixa nossa autoestima abalada. Mas é possível aprender a lidar com essa e outras dificuldades e sair mais fortalecido da situação.

Nem sempre as coisas saem do jeito que a gente planejou. É necessário entender que nem sempre a gente consegue realizar algo que queria ou da forma que planejamos e somos obrigados a ter que lidar com isso.

Mas, vai depender de você se vai se sentir derrotado, fracassado, se vai desistir ou levantar a cabeça e recomeçar.

Aceite o que você estiver sentindo, diante de uma dificuldade ou fracasso, sem se criticar. Apenas sinta.

Não coloque a culpa nos outros. Culpar os outros por estar enfrentando uma dificuldade ou por ter fracassado em algo que você queria muito não vai te ajudar em nada.

Aliás, isso só vai fazer com que você se sinta ainda mais fracassado, pois está dando aos outros a responsabilidade pelos resultados que você tem na vida.

Fracassar pode afetar a autoestima, a autoimagem e o amor próprio. Por isso, não se sinta uma vítima.



Lembre-se que você é humano, que erra e enfrenta dificuldades todos os dias, durante toda a vida.

Dê um nome às suas emoções. O que você está sentindo diante de uma situação difícil é raiva, é tristeza, é vergonha?...

Para conseguir superar uma dificuldade, é necessário saber o que está sentindo.

Depois, aceite o que aconteceu, não reprima suas emoções, pois isso faz você adoecer, fisicamente e emocionalmente.

Analise o que levou você a esta situação, para que você se levante.



Lembre-se que as situações difíceis e os fracassos são oportunidades de melhorar como pessoa e de crescer, em diversos aspectos da sua vida.

Passo 5: Vença Pequenos Desafios Todos Os Dias

Costumamos passar a vida inteira brigando com outras pessoas, mas na maioria das vezes estamos brigando com nós mesmos.

Muitas vezes sentimos coisas que tiram nosso foco, nossa concentração e roubam a nossa paz... e mal sabemos como começaram.

Mas, é importante saber que nossos pensamentos não chegam até nós, eles não surgem do nada.

Nós escolhemos o que pensamos, mas até termos consciência disso, deixamos de desfrutar da liberdade de escolher bons pensamentos, para termos emoções, ações e consequências positivas.

Vencer pequenos desafios começa dentro de você. Vencer a si mesmo é a sua maior vitória.

Ser um bom profissional, entrar no mercado, se recolocar ou ser promovido, vai depender primeiramente de você.



Um dos maiores desafios de um profissional é vencer sua mente.

Muitas pessoas colecionam diplomas, certificações, intercâmbios, idiomas, etc., mas não conseguem crescer como profissional porque faltou trabalhar a mentalidade.

Sim, ter uma mentalidade de sucesso é fundamental para você vencer todos os dias, despertar a confiança que você precisa para ser aprovado em uma entrevista de emprego ou até mesmo ser promovido.



Capítulo 02

CONHECENDO E
MONTANDO SUA
TRAJETÓRIA
VITORIOSA



Conheça a si mesmo. Isso parece até papo de autoajuda. Mas, sendo ou não autoajuda, o autoconhecimento é crucial para o seu sucesso pessoal e profissional.

Afinal, para quem não conhece a si mesmo, qualquer coisa serve. E quando qualquer coisa serve, você acaba aceitando qualquer emprego, qualquer coisa que “apareça” para você.

Desde que nascemos, nossa rotina é baseada em escolhas e tomada de decisões. E isso é o que acontece ao longo da vida.

Para que seja possível tomar as melhores decisões, de acordo com os seus objetivos, você precisa conhecer a si mesmo, para que o seu “eu do futuro” não o culpe por não tê-lo feito quando teve oportunidade.

E para que isso aconteça, você precisa investir em autoconhecimento. E com isso, compreender exatamente o que você quer, o que te faz feliz e como você vai fazer para atingir um determinado objetivo.



Por exemplo: Talvez você sonhe em mudar de vida e mudar para uma cidade mais calma.

- Como saber se você está tomando a melhor decisão?
- Será que você é forte o bastante para viver longe da família?
- Quais são seus pontos fortes?
- Você sabe trabalhar sob pressão?

Essas são algumas perguntas que alguns pequenos exercícios que o autoconhecimento pode fazer por você.

Talvez conhecer a si mesmo possa ser um pouco desconfortável, pois é difícil lidarmos com a verdade para nós mesmos. Até porque, ao longo da vida, somos verdadeiros campeões em contar mentiras paralisantes para nós mesmos.

Como diz Paulo Vieira: "Zona de conforto é a combinação de várias mentiras paralisantes com prazo de validade vencido"

Mas afinal, como desenvolver o autoconhecimento aplicado à vida pessoal e profissional?



5 Perguntas para Iniciar o autoconhecimento

1) Como você age?

Aqui o exercício é muito simples, basta você parar e pensar rapidamente: Quando você pensa no seu modo de agir, quais as primeiras palavras vem à sua cabeça?

2) O que te faz feliz?

Conhecer e entender o que te faz feliz, é pensar e responder às seguintes perguntas:

Quais atividades você faz que não vê o tempo passar?
Com que tipo de pessoas você gosta de passar o tempo?
O que te chama a atenção e gera aquele brilho no olho?

3) Qual a percepção que os outros têm sobre você?

Por mais difícil que isso possa parecer, é algo que é bem gratificante. Pergunte a seus amigos e familiares no que você é bom, quais os pontos que você se destaca. E na visão deles, o que você pode melhorar?

Lembre-se de pedir à eles sinceridade e que você está praticando um pequeno exercício de melhoria contínua (autoconhecimento).

4) Qual impacto você quer gerar no mundo (Propósito) – Aquilo que te move e te inspira.

Todos nós passamos por altos e baixos. Temos momentos de destaque e momentos que simplesmente não tivemos as melhores atitudes e geramos um impacto negativo.

Mas, o futuro depende exclusivamente de você. E ao concluir esses pequenos exercícios de autoconhecimento, você precisa entender e responder: Qual o impacto você quer causar no mundo?

Como você quer ser lembrado? Qual legado você quer deixar pro mundo, seus filhos e netos quando os tiver? E como você pode fortalecer esse propósito de vida?

E, para completar, pense nas pessoas que você conviveu a vida toda. E na percepção delas, complete a seguinte frase: Eu lembro de você por causa de.....

Se você não ficar satisfeito com as respostas obtidas, pense em como você gostaria que fosse essa resposta.

Ter ideia da percepção que as pessoas têm sobre você, vai ajudá-lo a avaliar seus comportamentos e atitudes, fazendo com que você siga na direção certa, de acordo com o que você deseja.

5) Quais são seus pontos fortes e fracos?

Você precisa colocar em um papel, dividido em duas colunas, os seus pontos fortes e fracos.

Pontos fortes, aquilo que você é reconhecidamente bom, aquilo que é praticamente a sua marca pessoal, as coisas pelas quais você é elogiado e normalmente se destaca.

Os pontos fracos são normalmente as coisas que você, eventualmente, reconhece que te impedem de avançar e atingir seus objetivos. Por exemplo: Você desiste fácil das coisas? Quando surge uma dificuldade você já logo pensa em mudar o seu objetivo? Você tem medo de coisas novas?

Tem consciência das coisas que precisa fazer, mas é um procrastinador e fica sempre adiando o que precisa fazer?

Além disso, é importante você avaliar sobre os meses ou anos anteriores. Pense nos objetivos que você não atingiu, por quais motivos você não conseguiu?

Liste esses pontos para você tomar consciência disso de uma vez por todas e prometer para si mesmo que este comportamento nunca mais irá se repetir.

Desde que você tomou a decisão de ter acesso a este método, você já deu o primeiro passo para se comprometer em mudar a sua realidade e conquistar o seu tão sonhado primeiro emprego ou se recolocar profissionalmente.

Chegou a hora de fazer a sua declaração de vitória!

Leia esta declaração em voz alta:

"Eu, (Seu Nome), me comprometo sempre que iniciar um projeto, curso, trabalho ou qualquer atividade importante para a minha vida e meu desenvolvimento profissional jamais desistir até concluir ou conquistar meus objetivos.

Sou responsável pelo meu destino pessoal, profissional e plenamente ciente das consequências dos meus atos".

A única pessoa responsável pelos resultados que tive e que terei pelos próximos anos.



Repita isso em voz alta pelo menos 3 vezes, é sério!

As palavras tem poder, repita isso e permita-se experimentar uma nova sensação de auto empoderamento.

Conhecer a sua própria trajetória Profissional

Além de fazer uma declaração e se comprometer com os seus resultados daqui pra frente, você precisa reconhecer os pontos cruciais da sua trajetória profissional.

Um dos momentos mais tensos de um processo seletivo é quando o recrutador pede para falar sobre seus principais resultados profissionais.

Talvez você acredite que não tem resultados para mostrar, mas, se avaliar bem e conhecer a sua própria trajetória, poderá se surpreender.

A maioria das pessoas acha que ter resultados profissionais significa ter feito coisas incríveis, grandiosas e quase inalcançáveis.

Na verdade, resultados profissionais são, por exemplo:

- Desafios que você resolveu;
- Atitudes que você teve e que melhoraram os resultados da empresa;
- Ideias que você ajudou a implementar e que melhoraram a comunicação da equipe;
- Competências técnicas e comportamentais que você desenvolveu;
- Premiações que você recebeu;
- Feedbacks positivos;
- Problemas que você resolveu;

É muito importante falar de resultados, para que você comprove suas competências, através de exemplo.

Além de demonstrar clareza, conhecer sua própria trajetória torna-se um grande diferencial em relação aos outros candidatos, que estão disputando a mesma vaga.

As empresas estão em busca de pessoas que saibam **solucionar problemas**, que tragam **resultados** e, por consequência, geram lucro para a empresa.

Por acreditar que os resultados profissionais são algo fora do comum, talvez você não perceba que eles estão “escondidos” na sua rotina de trabalho, naquelas ações que você acha que são muito básicas.

Um exemplo de um bom resultado é quando uma pessoa trabalha com atendimento ao público e faz isso com excelência.

A maioria dos profissionais que trabalham com atendimento ao público acredita que ter excelência no atendimento é obrigação, mas nem todos os profissionais se esforçam para atuar dessa forma.

Excelência no atendimento é sim um resultado, pois você sabe lidar com pessoas, mediar conflitos, expectativas, entregar a solução para o cliente e gerar lucro para a empresa.

Um bom exercício para você fazer é criar uma linha do tempo, com todos os trabalhos que você fez, desde o primeiro até o último (incluindo trabalhos voluntários, estágios, etc.) e anotar qual foi a sua contribuição em cada um.

Cada resultado que você gerou tem importância, mesmo que você ache o contrário.

Reconhecer Pontos Fortes e Fracos

Quais são os seus pontos fortes e seus pontos fracos?

Essa é uma das perguntas mais comuns em uma entrevista de emprego e a grande maioria dos candidatos não sabe o que responder.

Através dessa pergunta, o recrutador vai saber se você tem autoconhecimento e se você possui capacidade para identificar e reconhecer seus pontos fortes e fracos, para que possa melhorá-los.

Além disso, o recrutador/entrevistador observa se você tem a habilidade de reconhecer e avaliar as próprias atitudes. Ao saber fazer isso, você demonstra senso de autocrítica e humildade.

Por isso, antes de ir para a entrevista, pense sobre o que você tem maior habilidade e quais são os pontos de melhoria, para chegar pronto e garantir a vaga.



Pontos fortes

O importante nessa pergunta é que você seja o mais verdadeiro possível.

O recrutador está preparado para identificar se o candidato está sendo verdadeiro ou não.

Quando você cita qualidades que realmente possui, você demonstra isso através da linguagem corporal, fala com brilho nos olhos, nas expressões do seu rosto...

Então, **fale das suas principais qualidades, daquilo que te diferencia dos outros candidatos.**

Para facilitar, você pode seguir estes 3 passos:

1. Crie uma lista

Para conseguir responder essa pergunta, faça uma lista de todos os seus pontos fortes.

Para criar essa lista, lembre-se das qualidades que as pessoas sempre falam sobre você, que te elogiam e que te procuram para fazer.

Também vale perguntar para os seus familiares e amigos.

2. Escolha os pontos que tenham a ver com a vaga

Depois de criar a sua lista, escolha dois ou três pontos fortes que combinem com a vaga que você está concorrendo.

Por exemplo: Se os seus pontos fortes forem ter boa comunicação e ser autodidata, e a vaga que você está se candidatando é para atendimento ao público, ter boa comunicação será mais importante para essa vaga, concorda?

Seus pontos fortes não precisam ser traços de sua personalidade, como boa comunicação ou ser autodidata.

Se quiser, ao invés de citar uma habilidade relacionada à sua personalidade, você pode falar de uma habilidade técnica que você possua, como por exemplo: Ser bom em ferramentas de análise de dados ou ter muita habilidade com suporte ao cliente.

Vale lembrar que as habilidades que você vai citar na entrevista precisam estar alinhadas com a vaga.

3. Dê exemplos

Para não parecer que você está fazendo apenas uma propaganda de si mesmo e ficar bem natural, dê um exemplo para cada ponto forte que você citou.

Para conseguir lembrar desses exemplos, prepare-se antes, com este material, seguindo a Técnica STAR.

Pontos Fracos

1. Reconheça seus pontos fracos

Todos nós temos defeitos, portanto, nada de dizer que não possui pontos baixos.

2. Evite clichês

O que mais os recrutadores escutam como resposta para esta pergunta é:

- Sou perfeccionista.
- Sou viciado em trabalho.

Esses não são considerados pontos fracos, afinal, qual é a empresa que não deseja contratar um colaborador que entrega tarefas com excelência e que adora trabalhar?

Além de não ser um ponto fraco, dar esse tipo de resposta só vai parecer que você não tem autoconhecimento e ainda copiou a resposta da internet.

Não é para mentir, mas também evite falar algum defeito que vá te eliminar da seleção para aquela vaga.

Para saber o que responder, confira a próxima dica.

3. Cite seus pontos fracos, junto com uma solução

Apresente seus pontos fracos, citando um exemplo de atitudes que você está tomando para melhorá-los.

Por exemplo:

Você pode falar que era uma pessoa desorganizada, mas que adotou a prática de criar uma lista antes de começar suas atividades, para acompanhar cada item que precisa ser realizado.

Lembre-se de citar um ponto baixo que não seja negativo para a vaga que você está concorrendo.

Como Descobrir suas Competências?

Se você não está incluindo suas competências no currículo e está deixando de citá-las nas entrevistas de emprego porque não sabe o que são essas competências, veja como descobri-las agora mesmo.

As competências são a junção do seu conhecimento, das suas habilidades e das suas atitudes.

Ou seja, é aquilo que você sabe, aquilo que você sabe fazer e o que você faz.

As competências são divididas em:

Competências comportamentais (**soft skills**) - Liderança, Inovação, Comunicação e etc.

Competências técnicas (**hard skills**) - Graduação, Cursos, Especializações e Certificações são

As competências são cada vez mais valorizadas nos processos seletivos.

E, para que você se destaque e consiga ocupar a vaga, é necessário conhecê-las e destacá-las.

Conte histórias que demonstram suas competências relacionadas à vaga

Até aqui você já deve ter coletado informações suficientes para conseguir lembrar de histórias que demonstram que você é a pessoa ideal para ocupar o cargo.

Junte todas as histórias que você lembrar, em que houve algum conflito no trabalho, que você conseguiu sair bem da situação e como contribuiu para a empresa.

A partir daí, separe as melhores histórias, aquelas que possam te ajudar a ser escolhido para preencher a vaga disponível.

Seja breve, evite contar detalhes desnecessários. Lembre-se que os recrutadores têm outros candidatos para entrevistar.

Técnica STAR

Conheça a técnica utilizada por grandes empresas, para contratar os melhores candidatos durante um processo seletivo

Aprenda a usar esta técnica e chegue afiado, para conseguir essa vaga!

STAR significa:

- Situation
- Task
- Action
- Result

Ou, em português:

- Situação
- Tarefa
- Ação
- Resultado

Essa técnica consiste em um **método de organização das respostas que você precisa fornecer aos recrutadores num processo seletivo**, incluindo exemplos, nos quais você precisa demonstrar que possui competência e experiência suficientes para ocupar o cargo que está se candidatando.

Para saber se a pessoa é a ideal para vaga, os recrutadores fazem perguntas para avaliar o comportamento do candidato.

Então, se você tem dificuldade para responder às perguntas dos recrutadores nos processos seletivos e, por isso, não consegue demonstrar toda a experiência que possui, a Técnica STAR vai te ajudar.

A Técnica STAR vai te ajudar a chegar na entrevista com as respostas claras, “na ponta da língua”, com exemplos concretos, demonstrando toda a sua competência.

Como construir suas respostas com a Técnica STAR

Para chegar na entrevista com suas respostas prontas, com a ajuda dessa técnica, você precisa lembrar de situações de conflito no trabalho e lembrar como você conseguiu lidar com essas situações.

Para isso, você pode seguir os quatro passos da Técnica STAR:

1. Situação

Descreva uma situação de conflito que você enfrentou em algum antigo trabalho.

Faça com que o recrutador imagine o cenário em detalhes.

Se você não possui experiência suficiente para que possa citar exemplos de situações de conflito com colegas de trabalho, você pode dar exemplos de situações que aconteceram na faculdade ou em algum serviço voluntário que você tenha feito.

Lembre-se que, na entrevista, os recrutadores querem saber apenas como você resolveu a situação e qual foi o resultado, por isso, seja breve no seu relato.

2. Tarefa

Qual era a tarefa que você tinha que fazer com a pessoa envolvida na situação de conflito e quais eram as suas responsabilidades.

Fale sobre prazos de entrega, as responsabilidades que cada um dos envolvidos tinha na tarefa, quais eram as dificuldades enfrentadas, coisas desse tipo.

Faça uma breve descrição da sua responsabilidade na tarefa.

3. Ação

Explique, rapidamente, qual foi a ação que você tomou para resolver a situação de conflito.

Fale como você identificou o problema e qual foi a atitude que você tomou para lidar com a situação.

Descreva qual era a sua função, para que o recrutador identifique se você é a pessoa ideal para o cargo.

Concentre-se em falar das ações que você tomou e não de como outras pessoas agiram, pois é você quem está sendo avaliado para preencher a vaga.

4. Resultado

Fale quais foram os resultados que você conseguiu através das ações que tomou na situação de conflito.

Conclua toda a situação e fale sobre a contribuição que você entregou, como por exemplo, redução de gastos ou um cliente satisfeito e agradecido.

Não esqueça de citar algum feedback recebido por parte da empresa e quais foram os seus ganhos como profissional, a partir dessa experiência.

Esteja preparado para a entrevista, com a Técnica STAR

Para que você utilize a Técnica STAR e chegue para entrevista preparado, com as situações que você viveu em mente e responda com tranquilidade, faça uma lista com as experiências e competências que a empresa pede na vaga.

Você consegue essas informações através do anúncio, onde você encontrou essa vaga de trabalho.

Lembre-se de como você solucionou os conflitos e chegue com esses exemplos em mente na hora da entrevista.



Veja o meu exemplo demonstrando várias competências e resultado com essa pequena e rápida história!



Modo história

Quando eu trabalhava no Grupo Herval como Consultor de Vendas Corporativas da iPlace, meu gerente, chegou com um desafio inusitado.

Tínhamos um estoque de produtos de áudio e vídeo que estavam parados em um de nossos galpões a alguns anos, e por muito tempo a presidência da empresa vinha pedindo para todos os vendedores do Grupo para prospectarem e oferecerem este estoque para empresas do ramo.

Fiz um compromisso público e informei que iria trabalhar em cima disso e que iria realizar essa venda.

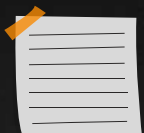
Não foi uma tarefa simples e fácil.

Não tínhamos catálogo de produtos, nem mesmo conhecimento nessa linha de produtos.

Fiz este trabalho, fui ao galpão, limpei e tirei fotos de todos os produtos e criei um portfólio completo para enviar para as empresas que eu estava prospectando.

Após 8 meses trabalhando diariamente, oferecendo e negociando com alguns interessados a venda aconteceu!





Anotando as Etapas:

Situação: Vender um estoque de produtos totalmente diferente do que eu trabalhava, para uma base de clientes que eu não tinha, e ainda ouvindo negativas de colegas, dizendo que isso era perda de tempo.

Tarefa: Vender linha de produtos de áudio e vídeo que estava parado a anos no estoque do Grupo, gerando custo de alocação de materiais e depreciação pelo tempo parado.

Ação: Fui ao centro de distribuição, tirei fotos e montei um catálogo completo. Fiz um mapeamento de centenas de empresas do ramo nas grandes capitais do país e comecei a ligar uma a uma, explicando e oferecendo o produto.

Resultado: Depois de 8 meses trabalhando diariamente na prospecção e oferta destes produtos, consegui vender para uma empresa de São Paulo. Em reconhecimento ao trabalho realizado, ganhei um iPhone e uma reunião 1 a 1 com o CEO da empresa.



Quais são as competências que eu demonstrei nessa história?

Resiliência - Acreditei no produto, mesmo que ao longo de quase um ano inteiro para conseguir realizar a venda.

Proatividade - Essa tarefa foi dada a pelo menos 100 vendedores dentro do Grupo que detém 14 empresas. Fui um dos poucos que realmente demonstrou interesse.

Autoconfiança - Quando fiz um compromisso público, fiz sabendo que realmente tinha capacidade de entregar este resultado.

Comprometimento - Eu poderia tentar por 1 ou 2 meses e desistir. Mas eu estava comprometido.



Inteligência Emocional: Mesmo com alguns colegas dizendo que era perda de tempo, que eu não era capaz de vender, não desanimei e segui em frente até concluir a venda.

Agora chegou a sua vez de exercitar e montar a sua trajetória com a Técnica STAR.

Para cada exemplo que você for citar, utilize os quatro passos da Técnica STAR e lembre-se de ser breve.

Mesmo que você não saiba quais são as perguntas que serão feitas na entrevista, é importante que vá preparado, com a ajuda da Técnica STAR, pois os recrutadores vão avaliar os seu pensamento crítico, como você resolve problemas, como encontra uma solução diante dessas situações de conflito e como se comporta diante de desafios.

Então, **utilize a Técnica STAR e saia de casa preparado**, no dia do processo seletivo.

Lembre-se: você não precisa ter uma história semelhante a minha, pode ser menos complexa, mais rápida e até mais simples.

Um dos fatores que mais elimina candidatos na entrevista de emprego, é a falta de conhecimento e domínio da própria trajetória.

A grande verdade é que com certeza você já contribuiu nas empresas que trabalhou ou caso você ainda nunca tenha trabalhado, alguma causa, comunidade ou pessoa você ajudou.

Transforme isso em uma pequena história que demonstre suas competências, princípios e valores e conquiste pontos importantes com o entrevistador.

A smiling man with short dark hair, wearing a dark sweater over a light-colored collared shirt, is sitting at a desk and working on a laptop. The background is a bright, modern office with large windows.

Capítulo 03

COMPETÊNCIAS
PROFISSIONAIS
QUE TODOS OS
RECRUTADORES
PROCURAM

A smiling woman with long dark hair and glasses, wearing a light-colored button-down shirt, is holding a tablet and looking towards the camera. The background is a bright, modern office with large windows.

Quando ouvimos a palavra “competência”, logo nos vem à cabeça uma pessoa com capacidade, conhecimento e habilidades suficientes para realizar determinada ação, não é verdade?

Neste capítulo, você vai entender, exatamente, o que é competência profissional e vai conferir vários exemplos de competências profissionais, para descobrir quais delas você já possui e quais precisa desenvolver, para se sair bem em qualquer entrevista de emprego.



O Que é Competência Profissional?

Competência profissional são as habilidades e o conhecimento adquiridos por uma pessoa ao longo da sua vida profissional e acadêmica.

As competências profissionais são sempre analisadas pelos recrutadores nos processos seletivos.

Existem várias habilidades técnicas e comportamentais que definem se aquele profissional é quem a empresa procura para ocupar o cargo.

É por isso que os recrutadores avaliam bem as competências de cada candidato, a fim de selecionar o colaborador ideal para a empresa.

As competências profissionais também são chamadas de hard skills e soft skills como você aprendeu antes.

A partir da análise dessas competências, os recrutadores irão avaliar se aquele candidato vai se adequar ao cargo.

Vale lembrar que aqui não existe uma hierarquia exata de nível de importância, pois, em alguns casos, podem variar de acordo com o perfil da vaga que você estiver concorrendo.

Mas uma coisa é fato, quanto mais competências profissionais você tiver, maiores serão suas chances de garantir a vaga.

Quer saber quais são as competências profissionais que todos os recrutadores procuram?

12 Competências Profissionais mais Valorizadas no Mercado de Trabalho

Conheça agora alguns exemplos das competências profissionais mais buscadas nos processos seletivos.

1. Conhecimento técnico

Antes de se candidatar a uma vaga, é importante saber se você possui os conhecimentos técnicos exigidos para ocupar o cargo.

Caso não tenha, você pode adquirir esse conhecimento através de cursos, treinamentos, livros, mentorias, etc.

É essencial que você saiba utilizar as ferramentas e programas exigidos para executar as tarefas do cargo pretendido.

A não ser que a vaga não exija, você precisa ter total domínio das ferramentas utilizadas para o cargo.

Pois, geralmente as empresas estão em busca de colaboradores prontos, que possuam o conhecimento técnico necessário, sem precisar de treinamentos posteriores.

Porém, isso não se aplica a todos os casos, pois, muitas empresas estão em busca de pessoas recém-formadas, que não possuem nenhum tipo de “vício” na execução das tarefas, pois fica mais fácil treinar o colaborador para fazer o que a empresa precisa, da forma que ela achar melhor.

2. Organização

A organização é uma competência necessária em praticamente qualquer cargo.

Os recrutadores buscam por um profissional organizado, que saiba planejar seus horários e suas atividades, que cumpra prazos..., principalmente no sistema híbrido ou home office, que está tão presente.

Essa competência diz muito sobre o profissional que está sendo recrutado, pois, saber planejar e organizar seus horários está totalmente ligado à qualidade na entrega do serviço.

Por isso que **a organização é uma das principais competências que os recrutadores buscam nos candidatos** num processo seletivo.

A organização vai além do ambiente físico de trabalho. Essa característica tem a ver também com cumprimento de prazos, atenção às demandas e execução de tarefas, gerenciamento de imprevistos e boa comunicação com a equipe.

Ser um profissional organizado vai te ajudar a gerar resultados para empresa na qual estiver trabalhando e alcançar seu sucesso como profissional.

3. Proatividade

A proatividade é uma competência requisitada para qualquer cargo.

O profissional proativo é aquele que age e soluciona problemas sem precisar que alguém mande.

Ser proativo é uma característica que a pessoa possui naturalmente, mas que também pode ser desenvolvida.

O profissional proativo também sabe fazer as escolhas certas, no momento certo, de forma natural e espontânea.

Esse profissional sempre está pronto para ajudar, em qualquer situação, melhorando os resultados da empresa e colaborando para a harmonia no ambiente de trabalho.

4. Autoconfiança

A equipe de RH busca por profissionais que tenham autoconfiança, pois eles sabem quais são as suas competências, reconhecem seu próprio valor e isso agrega à empresa.

Profissionais que possuem autoconfiança acreditam em si mesmo e, por isso, agem com mais assertividade e inspiram outros ao seu redor.

Um profissional autoconfiante não tem medo de sugerir novas ideias e enfrentar os desafios.

Autoconfiança é uma competência que agrega valor à vida do colaborador e à empresa.

5. Liderança

Liderança é outra competência bastante buscada pelos recrutadores de qualquer empresa.

Não importa qual seja o cargo que você está se candidatando, ter perfil de liderança vai te destacar dos demais concorrentes e vai te ajudar a colaborar para o crescimento da empresa e, conseqüentemente, o profissional também vai crescer junto.

Ser um líder é assumir riscos, ter autorresponsabilidade e conhecer os pontos positivos e negativos, tanto de si mesmo quanto de toda a equipe.

O profissional com espírito de liderança consegue motivar seus colegas a dar o seu melhor e trazer mais resultados para si e para a empresa onde trabalha.

6. Comprometimento

Outra competência que os recrutadores buscam nos processos seletivos é o comprometimento.

Um profissional comprometido com o trabalho e com a empresa conhece a importância daquilo que faz e trabalha com satisfação.

Um colaborador comprometido chega no horário, cumpre prazos e desempenha suas atividades com excelência.

Esse tipo de profissional tem comprometimento com si mesmo, em primeiro lugar, sem depender de motivação, pois ela aparece depois, com a ação.

7. Flexibilidade

A flexibilidade é uma característica que pode ser desenvolvida. Um bom candidato precisa demonstrar que é um profissional flexível, capaz de lidar bem sob pressão e que sabe contornar imprevistos no trabalho.

Ser flexível significa não ter medo da mudança e ter facilidade para se adaptar às novas situações com confiança e atitude positiva.

Com tantas mudanças tecnológicas surgindo o tempo todo, um colaborador precisa ser flexível para se adaptar às novas demandas e, às novas ferramentas e programas.

As empresas estão buscando cada vez mais por profissionais flexíveis, adaptáveis às novas ferramentas, ao sistema híbrido, ao home office e às novas tecnologias.

Um candidato que possui essa competência se destaca facilmente na hora de uma seleção de emprego.

8. Inteligência emocional

Um profissional com inteligência emocional tem facilidade para interpretar o que sente e como age, bem como tem a mesma facilidade para interpretar as ações dos colegas e reage de maneira equilibrada aos desafios que aparecem no ambiente de trabalho.

Ter inteligência emocional é ter capacidade de pensar, sentir e agir de forma consciente e equilibrada.

Colaboradores com a inteligência emocional bem desenvolvida evitam conflitos no ambiente de trabalho, fazendo com que a empresa consiga alcançar resultados positivos.

Os recrutadores estão buscando pessoas que saibam identificar os próprios sentimentos e interpretá-los, para saber quais ações tomar, de forma inteligente.

9. Criatividade

A criatividade é mais uma competência que diferencia um candidato dos demais, num processo de seleção de emprego.

As empresas estão buscando profissionais com capacidade criativa suficiente para encontrar uma solução num momento de crise.

No processo seletivo, procure mostrar que é uma pessoa criativa, que busca solucionar qualquer problema que apareça na empresa.

10. Capacidade de Inovar

A capacidade de inovação é uma competência profissional que destaca o candidato numa seleção de emprego.

Isso porque, esse tipo de profissional consegue sair da zona de conforto, se adapta facilmente a um novo ambiente, a uma nova situação é capaz de contornar situações de crise e imprevistos que surjam no ambiente de trabalho.

As empresas buscam por colaboradores que tenham capacidade de inovar.

11. Bom relacionamento interpessoal

Uma das principais competências buscadas pelos recrutadores num processo seletivo é um bom relacionamento interpessoal.

Estamos sempre lidando com pessoas em toda parte, a todo momento. Se você busca uma oportunidade de entrar no mercado de trabalho ou está em busca de uma recolocação, saber lidar com pessoas é fundamental, principalmente se o cargo pretendido for relacionado a atendimento ao público .

De todo modo, mesmo que o cargo que você está se candidatando não seja atendendo ao público de forma direta, você precisa saber lidar diariamente com colegas, com chefe e com outros profissionais.

Para que uma empresa tenha sucesso, ter harmonia no ambiente de trabalho é fundamental, por isso, ter colaboradores mantendo um bom relacionamento interpessoal é de extrema importância.

Nos processos seletivos, geralmente são feitas dinâmicas de grupo, para descobrir se o candidato possui essa competência.

12. Trabalho em equipe

O trabalho em equipe é uma das competências mais avaliadas pelos recrutadores no momento de uma seleção de emprego. Por isso que as dinâmicas de grupos são sempre aplicadas nos processos seletivos.

A dinâmica de grupo ajuda os recrutadores a identificar se o candidato demonstra parceria, cooperação e respeito pelo outro, mesmo diante de posicionamentos e opiniões diferentes.

As empresas buscam por colaboradores que saibam trabalhar em equipe, pois, além de evitar conflitos e divergências, o ambiente de trabalho fica mais harmonioso, o trabalho se torna mais produtivo e nem a empresa nem os colaboradores ficam sobrecarregados.

Além disso, o trabalho em equipe ajuda a gerar melhores resultados para a empresa, com maior velocidade.

Você precisa ter em mente que uma empresa busca profissionais que tragam soluções.

Por isso, se você possui as competências profissionais que os recrutadores procuram, você vai se destacar dos outros candidatos e ficar com a vaga.

Porém, nada impede de você desenvolver aquelas competências listadas aqui, das quais você não se identificou.

Nos processos seletivos, os recrutadores selecionam aqueles candidatos que possuem as competências que geram resultados positivos para a empresa.



Capítulo 04

Entenda Os Maiores Desafios da Vaga que Você está se Candidatando



Entender quais são as atribuições que você vai desempenhar no cargo que está se candidatando é fundamental para que você consiga mostrar aos recrutadores que é o candidato ideal para preencher aquela vaga.

Para isso, é necessário que você leia atentamente a descrição da vaga, divulgada pelo RH da empresa.

Na descrição, todas as atribuições exigidas para o cargo estarão listadas, de forma clara e detalhada, para que você identifique se está preparado para exercer aquela função.

É na descrição que você vai saber qual é a formação necessária para o cargo e o conhecimento e experiência específicos que você precisa possuir, para preencher aquela vaga.

Dependendo do cargo, você precisa ter formação superior na área, experiência sólida no mercado, além de habilidade com algumas ferramentas utilizadas no dia a dia daquela função.

Em outros casos, a empresa não exige uma formação ou experiência na função, pois fornecerá treinamentos, para “moldar” o colaborador.

Mas, possuir competências técnicas e comportamentais (hard skills e soft skills) necessárias para ocupar o cargo pode te jogar lá para frente da concorrência, que não está preparada como você.

E, como eu já citei, essas competências podem ser desenvolvidas, seja através de formações e treinamentos ou, no caso das soft skills, na busca pelo autoconhecimento e desenvolvimento dessas habilidades.

Perguntas Inteligentes que Candidatos Preparados Fazem em uma Entrevista de Emprego

Quando o recrutador pergunta se você ficou com alguma dúvida ou se quer fazer alguma pergunta e você diz que não, você pode estar perdendo uma ótima oportunidade de conhecer mais a empresa e de demonstrar o quanto está interessado pela vaga.

Para mostrar que está preparado durante uma entrevista de emprego, você precisa fazer perguntas inteligentes, para que os recrutadores enxerguem o seu diferencial.

Fazendo perguntas inteligentes, você também vai demonstrar que entende quais são as necessidades da empresa. E essa é algo que os recrutadores estão interessados em identificar nos candidatos.

Para que você consiga fazer perguntas inteligentes e demonstrar o quanto preparado você está para ocupar aquele cargo, é necessário que você faça uma pesquisa sobre a empresa, antes do processo seletivo.

A partir daí, você terá informações suficientes para mostrar que possui uma visão ampla e profunda da área na qual deseja atuar (ou já atua) e, portanto, é o candidato que está apto a ocupar a vaga.

Quando o candidato faz perguntas relacionadas ao cargo que pretende ocupar ou sobre a própria empresa, ele demonstra aos recrutadores o quanto está interessado e preparado para assumir o cargo.

Por isso, esteja preparado para fazer as perguntas certas e, dessa forma, impactar os recrutadores no processo seletivo.

Para isso, você precisa seguir 3 passos importantes:



1. Faça perguntas de acordo com as suas pretensões

Fazer perguntas relacionadas à rotina, responsabilidade e aos benefícios que a vaga oferece são importantes, mas, muito provavelmente, os outros candidatos para o mesmo tipo de pergunta, o que não vai diferenciá-lo dos outros candidatos.

Mesmo assim, procure fazer perguntas de acordo com as suas pretensões de para tirar suas dúvidas e descobrir se a vaga é realmente o que você deseja para sua carreira.



2. Fuja do óbvio

Perguntas inteligentes farão com que os recrutadores percebam você de uma forma diferenciada dos demais candidatos.

Por isso, é importante não fazer aquelas perguntas genéricas, que todo mundo vai fazer, como: “Qual é a visão da empresa para os próximos cinco anos?” ou “Quais são os valores da empresa?” etc.



3. Demonstre interesse pela função oferecida

É importante que suas perguntas estejam dentro do contexto da vaga e que você demonstre interesse sobre detalhes da função.

Para te ajudar nessa tarefa, confira uma lista que eu preparei, para que você consiga demonstrar que é um candidato preparado para ocupar o cargo.

Lembrando mais uma vez que as suas perguntas precisam estar dentro do contexto da vaga que você está se candidatando.

Confira a lista!



10 Perguntas Inteligentes que Candidatos Preparados Deveriam Fazer em uma Entrevista de Emprego e você pode fazer para se destacar:

1. Por que vocês abriram essa vaga?
2. Quais são as atividades que eu farei no dia a dia, se eu ocupar este cargo?
3. Qual é a atividade e as metas mais importantes que eu preciso realizar nos primeiros meses atuando na função?
4. O que você considera sucesso para esse cargo?
6. Haverá feedback? Esse é um ponto que valorizo muito para que eu consiga desenvolver o meu trabalho com qualidade e atenda as expectativas da empresa. E também, quais são os indicadores que serão utilizados para avaliar meu desempenho no trabalho?
7. Como as situações de falha por parte dos colaboradores normalmente é resolvida dentro da empresa?
8. A empresa está enfrentando algum desafio no momento? Como isso está sendo resolvido?
9. A empresa oferece plano de carreira?
10. A empresa capacita e facilita o desenvolvimento dos seus colaboradores?

Fazer perguntas inteligentes para os recrutadores durante os processos seletivos, demonstra que o candidato possui perfil de liderança, que sabe o que quer e aonde quer chegar.

Além disso, ao fazer perguntas dentro do contexto do cargo pretendido, demonstra o quão interessado você está e o destaca dos demais profissionais que estão participando do processo.



Capítulo 05

PERGUNTAS E
RESPOSTAS NAS
ENTREVISTAS DE
EMPREGO

Conhecer quais são as perguntas que geralmente são feitas nos processos seletivos te dá a possibilidade de se preparar e chegar mais tranquilo e confiante.

Para te ajudar, você vai conferir uma lista com as perguntas que os recrutadores mais fazem numa entrevista de emprego e entenda como você pode responder a cada uma delas, para se sair bem na entrevista.



Perguntas Mais Frequentes, Como Responder a Cada uma Delas

1. Fale um Pouco Sobre Você

Esta pergunta acontece no início de uma entrevista de emprego e serve para quebrar o gelo e fazer uma conexão entre o entrevistador e o candidato e diminuir o nervosismo.

É uma oportunidade de demonstrar interesse e deixar claro que quer trabalhar naquela empresa.

Antes de começar sua apresentação, faça uma introdução, agradecendo a oportunidade de poder participar do processo seletivo, falando o quanto você está feliz pelo interesse deles na sua experiência, pois você realmente ficou interessado em trabalhar na empresa.

Comece falando o seu nome e a cidade onde você mora.

Faça um breve resumo dos principais momentos da sua carreira, que tenham a ver com aquela vaga.

Você pode falar sobre alguma curiosidade sobre você, como, por exemplo, algum esporte que você pratica, pode falar também sobre alguma característica sua.

Pode dizer, por exemplo, que você é uma pessoa reservada, que gosta de ficar só lendo um livro ou que gosta de estar com outras pessoas e que é bastante comunicativo.

Outra coisa que você também pode falar nesse momento é sobre algum hobby que você tenha.

2. O que você já conhece da empresa?

Esta pergunta serve para avaliar o seu interesse em trabalhar na empresa, além do seu nível de proatividade.

Imagine conhecer uma pessoa e, no meio do jantar, você percebe o quanto aquela pessoa conhece você, embora aquele seja um primeiro encontro.

Você percebe que a pessoa realmente está interessada em você, que pesquisou nas redes sociais ou entre os amigos em comum, se interessou em descobrir os lugares que você gosta de frequentar e até a sua sobremesa preferida.

Isso encanta os olhos, não é verdade?

Do mesmo modo, quando o candidato demonstra para o recrutador que fez uma pesquisa aprofundada sobre a empresa, que se interessou pela vaga porque se alinha aos valores daquela empresa, que conhece os produtos, a dor do cliente e que aquela é a oportunidade de colocar em prática suas habilidades e conhecimento, para agregar à empresa.

Quando os recrutadores fizerem esta pergunta, evite falar como a empresa funciona, qual o seguimento, os prêmios que recebeu, etc..., pois os recrutadores já sabem todas essas informações.

O que você precisa mostrar é o quanto sabe sobre a empresa para ter se identificado com a vaga e querer fazer parte.

Portanto, antes de ir para a entrevista, se prepare, pesquise bastante e vá tranquilo e confiante.

Cite o seu nível de identificação com a empresa, talvez você seja usuário do produto ou serviço que eles vendem.

Diga como você acompanhou a expansão da empresa, se identificou com a forma que ela atua no segmento e que se vê fazendo parte deste movimento ou causa (Solução da empresa, o que ela vende).

3. Por que você saiu do último emprego?

Primeiro, você precisa entender que pedir demissão ou ser demitido é normal, faz parte.

Não tem problema ter sido demitido. O problema é quando você não aprende e continua cometendo o mesmo erro, em cada emprego que você assume.

É importante identificar o que levou você à demissão e aprender com as experiências passadas, para evoluir e ser um profissional cada vez mais competente.

Identifique o que o levou a pedir demissão ou a ser demitido, como você pode melhorar nessas questões e como fazer melhores escolhas de agora em diante.

Ter sido demitido não é pré-requisito para ser eliminado do processo seletivo.

Quando o recrutador perguntar por que você saiu do último emprego, ele quer entender quais foram os motivos, e é aí que você tem a oportunidade de responder de forma ética, madura, profissional e mostrar o lado positivo dessa demissão.

“Jamais fale mal das experiências profissionais anteriores, nem dos colegas e também não fale sobre conflitos, pois essa atitude só vai causar desconforto”.

Ao responder esta pergunta, tende demonstrar clareza, mostre o que você quer profissionalmente.

4. O que você tem feito para evoluir profissionalmente?

Para esta pergunta, responda que tem buscado conhecimento técnico, para saber com profundidade sobre a sua área de atuação.

Fale que, além de ter conhecimento técnico aprofundado, você vem desenvolvendo novas habilidades em áreas correlacionadas.

Exemplo: Você trabalha com atendimento ao cliente e fez um curso de excel para agregar conhecimento e também ter facilidade de implementar ou sugerir melhorias e controles internos do setor.

Fale para o recrutador que você estuda continuamente, para ter excelência em sua área de atuação, que está fazendo cursos, especializações e certificações importantes.

Sempre que citar um determinado curso, explique como você chegou à conclusão que precisava aprender determinado conteúdo.

Fale que você está desenvolvendo sua inteligência emocional, para ser um profissional resiliente, que consegue seguir em frente e dar o seu melhor no trabalho, mesmo quando sofreu uma derrota temporária ou quando não está de bom humor.

6. Por que devemos te contratar?

Antes de responder essa pergunta, você precisa ter certeza de que é a pessoa ideal para preencher a vaga.

Não tenha receio de responder, pois essa pergunta pode ser decisiva na hora de escolher o candidato que será contratado.

Você precisa provar que é o candidato que eles estão buscando.

Pois você tem as habilidades, experiência e competências, além, de um desejo muito grande de fazer o seu melhor dentro da empresa.

Fale que no momento você está disponível e que a vaga é o que você está procurando.

Fale que você tem muita vontade de trabalhar naquela empresa e que já a acompanha há algum tempo e que você duvida que algum dos candidatos concorrentes tenha mais paixão pelo que faz do que você, além dos X anos de experiência que você possui.

Caso não tenha experiência, você pode dizer que tem muita vontade de atuar nessa área, que tem habilidades que você desenvolveu e que estão conectadas às habilidades exigidas no perfil profissional e que está disposto a dar o seu melhor.

Seja verdadeiro, coloque energia em suas palavras, use a linguagem corporal a seu favor.

Fale com confiança e transmita credibilidade.

7. Quais são suas qualidades?

Primeiro, tenha em mente que não existe uma resposta certa ou errada para esta pergunta.

Segundo, dificilmente você vai depor contra si mesmo, então, seja sincero e não fique apreensivo, com medo de errar.

Uma dica que vai te ajudar bastante a se sobressair ao responder essa pergunta é ler a descrição da vaga e citar qualidades que você tenha e que estejam relacionadas com a oportunidade.

Por exemplo: Digamos que a vaga seja para a área de vendas. Fale que uma das suas qualidades é ser comunicativo e que gosta do desafio diário de lidar com pessoas. Vender é a arte de fazer o cliente reconhecer uma necessidade e saber mostrar a ele que o meu produto é tudo o que ele precisa para resolver isso.

Você pode ter outras qualidades, como ser uma pessoa organizada ou que aprende rápido, porém, é importante citar qualidades que estejam relacionadas à vaga que você está concorrendo.

O recrutador precisa visualizar você atuando no cargo. Citar qualidades que tenham a ver com os pré-requisitos da vaga faz com que ele perceba que você é o candidato ideal.

Também é interessante citar suas qualidades do ponto de vista das outras pessoas, citando exemplos, pois, dizer que sempre foi considerado uma pessoa bastante comunicativa tem um peso maior do que simplesmente dizer “eu sou comunicativo”.

8. Me conte um caso de sucesso pessoal

Essa pergunta pode ser decisiva, caso você esteja entre os três finalistas para a vaga.

Isso porque, o candidato que deixar o recrutador empolgado com a resposta provavelmente será o escolhido para ser contratado.

Por isso, você precisa ser verdadeiro e falar de um case de sucesso pessoal que realmente aconteceu, de forma empolgante, que transmita essa emoção para quem está te entrevistando.

Fale de alguma situação na qual você teve crescimento pessoal.

Você pode falar como aquela situação era complicada, cheia de desafios e que você conseguiu superar, se sentiu vitorioso, aumentou sua autoestima e, por isso, está falando sobre isso com orgulho.

Procure lembrar da situação em detalhes, para trazer a emoção à tona e transmitir verdade para o recrutador.

E deixe claro o quanto essa experiência o tornou mais flexível, habilidoso ou qualquer outra qualidade que possa agregar à empresa.

9. Me fale um exemplo de caso de sucesso profissional?

Para responder essa pergunta, é necessário um bom preparo antecipado, como você está fazendo agora.

Pare um pouco e comece a lembrar de suas conquistas profissionais, para escolher aquela que te deixou mais orgulhoso de si mesmo e que pode estar alinhado com o que a empresa está procurando.

Não precisa ser algo extraordinário, fora do comum. O sucesso profissional também está ligado aos acontecimentos do dia a dia, que te deixam mais preparado e habilidoso na sua profissão.

Fale sobre alguma premiação que você recebeu ou sobre alguma atitude que você teve no último emprego e que contribuiu para diminuir os gastos da empresa ou que melhorou a comunicação entre a equipe...

Saber como responder essa pergunta da forma correta é importante para que você demonstre para o recrutador que está preparado para assumir aquele cargo e questão.

Lembre-se: Anteriormente você conheceu e viu a minha história de sucesso profissional utilizando a técnica STAR.

10. Por que ocupar esta posição é importante para você?

Diante desta pergunta, você pode falar que quer ocupar aquele cargo porque é o que você estava buscando, em termos de habilidades, conhecimento técnico, experiência, mas, acima de tudo, porque está alinhado aos seus valores e objetivos de vida, tanto no aspecto profissional como no pessoal.

É importante que você seja sincero ao responder isso, pois, caso contrário, os recrutadores irão perceber que você tem outros interesses ao ocupar a posição.

O que você fala e a forma como se coloca, ou seja, os aspectos não verbais, devem estar alinhados.

Para responder essa pergunta, você pode dizer que está preparado para viver esse novo desafio, que o cargo é o que você sempre quis e que vem se preparando há algum tempo.

É muito importante que, ao responder, você coloque energia na sua voz, fale com clareza e firmeza, para que o recrutador perceba que você está sendo verdadeiro e não querendo agradar.

Se você não tem experiência profissional, pode responder que quer ocupar aquela posição porque quer entrar no mercado de trabalho.

Se já tem experiência, pode dizer que quer fazer uma transição ou quer viver novos desafios em sua profissão, trabalhar com as ferramentas ou com novos regulamentos, novas certificações... e por isso quer tanto essa vaga.

11. Por que você quer trabalhar aqui?

Entenda por que os recrutadores fazem essa pergunta na entrevista e evite dar respostas clichês.

Eles sabem que você precisa pagar seus boletos, sustentar sua família... Mas, o que os recrutadores realmente querem saber é o quanto você está preparado para assumir a vaga em questão, em relação à competência, experiência, nível de conhecimento técnico e teórico...

Não caia no erro de dar respostas do tipo: "Porque quero fazer parte dessa família" ou "Porque essa empresa é a melhor do mercado", etc.

Respostas como estas só demonstram o quanto você não conhece nada sobre a vaga, que você não se preparou para a entrevista e que nem sabe o porquê está ali.

Outro motivo pelo qual os recrutadores perguntam por que você quer trabalhar na empresa é para entender o nível de conhecimento que o candidato tem sobre a empresa, sobre o tipo de negócio e sobre o produto que a empresa oferece.

Hoje, as empresas não querem saber apenas se você possui conhecimento técnico. Elas querem saber se você possui alinhamento entre comportamento, valores e cultura.

Ou seja, os recrutadores querem saber se você está alinhado aos valores da empresa e se você está alinhado à cultura organizacional, que são as regras da empresa, os procedimentos, protocolos...

Essa pergunta também é uma forma de saber o que o candidato pode agregar à empresa...

Para que você responda essa pergunta com profissionalismo e faça com que os recrutadores lembrem de você, de maneira positiva, primeiramente você precisa pesquisar sobre a empresa e sobre o setor no qual ela atua.

Não basta apenas pesquisar o site da empresa. Faça uma pesquisa mais aprofundada, incluindo outros canais, como as redes sociais, LinkedIn e até o Google, para saber o que aparece na mídia.

Outra dica que pode parecer óbvia é ler atentamente a descrição da vaga e identificar o que mais chamou sua atenção.

Dessa forma, você pode responder que tem a habilidade técnica X, mas que ainda não teve a oportunidade de colocar em prática na empresa na qual está trabalhando ou já trabalhou (caso esteja desempregado).

Tente demonstrar que conhece os valores da empresa e o quanto você está alinhado com eles.

Você consegue dar uma resposta com profissionalismo e credibilidade se praticar, treinar e se preparar antes da entrevista.

12. Por que você quer desistir do seu emprego atual?

Mais uma vez, evite falar mal de outras empresas, seja das que você trabalhou e foi demitido ou seja a que você trabalha atualmente.

Também não se sinta constrangido em responder com sinceridade. Lembre-se de que um processo seletivo é um negócio como outro qualquer.

Você pode começar falando que a empresa na qual você trabalha é excelente, que você não tem nada para falar dela, mas que está em busca de outras oportunidades no mercado porque a estrutura da empresa não oferece possibilidades de crescimento profissional e que você deseja crescer na carreira.

Fale que você sente que já atingiu o seu limite em relação à entrega, a resultados... e que não vê mais para onde crescer dentro daquela organização.

Explique que você está em busca de oportunidades que estejam mais alinhadas aos seus valores e que ofereçam oportunidade de crescimento interno e que, por isso, você se interessou pela vaga em questão.

Esse tipo de pergunta não tem o intuito de eliminar o candidato, mas isso pode acontecer, dependendo da sua postura.

Por isso, use todas as informações que você está acompanhando aqui, chegue preparado no dia do processo seletivo e conquiste essa vaga!

13. Conte uma situação que você discordou de uma decisão no trabalho?

Quando o recrutador faz essa pergunta, na verdade, o que ele deseja saber é o seu poder de influência e persuasão.

Lembre-se da técnica STAR e fale da situação, de qual era a tarefa, qual foi a sua ação e qual foi o resultado dessa ação.

Fale sobre uma situação da qual você propôs uma solução e que, de alguma forma, beneficiou a equipe.

Mostre para o entrevistador que você consegue se fazer ouvir, dar a sua opinião e discordar de uma decisão, de forma neutra, sem conflitos e que consegue contribuir para a melhoria do ambiente de trabalho.

14. Conte uma situação que você falhou?

Aqui, o ideal é trazer uma situação do seu dia a dia para o recrutador avaliar.

Evite citar situações relacionadas à atividade que você vai exercer naquela empresa, caso fique com a vaga.

Mencione o problema, mas lembre-se de que o foco precisa estar na solução. Conte como você resolveu o problema, naquela situação.

Você precisa pensar que você é o herói da história, que conseguiu resolver a situação da melhor forma.

Você pode falar que falhou ao se dedicar 100% ao trabalho e descuidou da sua saúde, deixou de ir ao médico regularmente, não praticava exercícios físicos, dormia pouco e acabou ficando doente.

Mas, que aprendeu com essa situação e hoje você é mais organizado, cumpre seu dever na profissão, sem se descuidar da saúde e consegue equilibrar sua vida pessoal e profissional.

Perceba que, mesmo falando da sua vida profissional, não citou a atividade que quer exercer naquela empresa.

Em todas as perguntas, lembre-se que o recrutador quer saber se você se encaixa naquele cargo.

Por isso, mantenha o foco em mostrar que você é o profissional ideal para ser contratado.

15. Por que você está desempregado?

Essa pergunta geralmente causa um certo desconforto no momento de uma entrevista.

Mas, o que os recrutadores querem saber é o que você estava fazendo durante aquele período em que ficou fora do mercado de trabalho.

Alguns candidatos, que também estão desempregados há dois ou três anos, poderiam estar num intercâmbio, fazendo uma pós, estudando inglês, fazendo “bicos” ou até cuidando de um familiar doente.

Enfim, são diferentes motivos que fazem com que um profissional fique sem trabalhar por um período.

Então, embora seja uma pergunta desafiante, não precisa ficar apreensivo, seja sincero, siga as dicas e domine o processo com tranquilidade.

16. Como você lida com situações difíceis?

Com esta pergunta, o recrutador quer “prever” como você reagiria a uma situação difícil na empresa, caso seja contratado.

Por isso, escolha bem a situação que você vai usar como exemplo, para que você não seja prejudicado.

Para não se perder e ficar dando voltas, seja direto, fale da situação, explique como você agiu e qual foi o resultado.

Lembre-se que a história que você contar, além de ser breve, precisa ter um desfecho positivo, pois, você é o herói da história.

O entrevistador deseja saber qual foi a situação desafiadora que você teve que enfrentar, como você agiu para solucionar e como você se saiu diante daquela situação.

Além disso, com a sua resposta para essa pergunta, o recrutador vai poder perceber características que você possui que são úteis para aquela vaga.

17. Como você se descreveria?

Para começar, não minta! Sim, tem pessoas que, para ser escolhido para preencher a vaga, inventam coisas sobre si na entrevista.

Saiba que isso é um grande erro, pois, embora você minta no currículo, nos testes psicológicos ou pessoalmente, no momento da entrevista, os recrutadores estão preparados para perceber que a pessoa está mentindo.

Mentir na entrevista de emprego é motivo de eliminação do processo. Afinal de contas, uma pessoa que mente, não tem credibilidade e muito menos é digna de confiança..

Fale características verdadeiras e que estejam relacionadas à vaga e à empresa.

Para ser assertivo e falar o que os recrutadores querem ouvir do candidato, comece lendo atentamente a descrição da vaga e pesquise a empresa, antes do dia da entrevista.

Se você viu que a empresa oferece plano de carreira, você diz que deseja continuar se especializando na área e que quer crescer dentro da empresa. Dessa forma, você se alinha ao que a empresa busca.

Se a vaga é para a área de finanças, você pode dizer que desde criança sempre se deu bem com números, que ama fazer cálculos, que é uma pessoa organizada, responsável...

Evite falar características suas que não tenham nada a ver com a empresa e com a vaga em questão e também características que possam ser negativas para aquele cargo.

18. Como você lida com a pressão?

Diante dessa pergunta, você também pode contar uma breve história de alguma situação que você viveu, na vida pessoal ou profissional, na qual você teve que lidar com pressão.

Perguntas como esta fazem parte do modelo de entrevista por competência e você pode utilizar a técnica STAR para responder, de forma estruturada e objetiva.

Lembrando que STAR significa: situação, tarefa, ação e resultado.

Quando for contar qual foi a ação, não esqueça de citar o que você fez e o que a equipe fez.

Aqui, o recrutador quer saber qual foi a situação de pressão que você vivenciou, como você agiu e qual foi o resultado.

Mais uma vez, lembre-se de que você é o mocinho da história, portanto, resolveu a situação e a história teve um final feliz.

19. Quais são seus hobbies

Quando o recrutador pergunta o que você costuma fazer nas horas vagas, é a chance de você ganhar ou perder alguns pontinhos na entrevista, dependendo da sua resposta.

Vou explicar.

Nesta pergunta, o recrutador quer identificar se você tem alguma atividade que possa interferir na sua atividade profissional, que tome muito do seu tempo, que exija muita dedicação ou que você precise viajar com frequência.

Você pode responder que faz atividades que estejam relacionadas à sua atividade na empresa ou que estejam alinhadas às características buscadas para ocupar a vaga.

Uma pessoa que tem como hobby correr maratonas, possui características como disciplina, dedicação e persistência, o que pode contribuir para aquela vaga.

Além disso, a atividade não vai interferir no desempenho das atividades profissionais.

Você precisa citar um hobby que tenha correlação com a vaga ou que enfatize características positivas para a empresa e para o cargo.

Se você não possui nenhum hobby que possa fazer essa correlação, você pode dizer que gosta de ler livros, que gosta de sair com seus amigos, de ver filmes, pedalar... O importante é ser verdadeiro.

20. Como você reage às críticas?

Fale que, primeiro, você procura ouvir o que está sendo falado.

Quando você escuta atentamente uma crítica, consegue identificar se ela é uma crítica destrutiva ou construtiva.

Quando uma crítica é construtiva, faz você refletir a respeito do que foi dito e, dessa forma, você consegue fazer as mudanças necessárias.

A crítica destrutiva serve apenas para tentar ferir o seu ego, te rebaixar, sem nenhum intuito de fazer você melhorar, como pessoa ou como profissional.

Cabe a você filtrar as críticas para ignorar ou fazer as mudanças necessárias e evoluir.

Você pode dizer que escuta atentamente, analisa o que você fez de errado, o que você aprendeu com a crítica e o que vai fazer a respeito.

21. O que você faz para se manter atualizado?

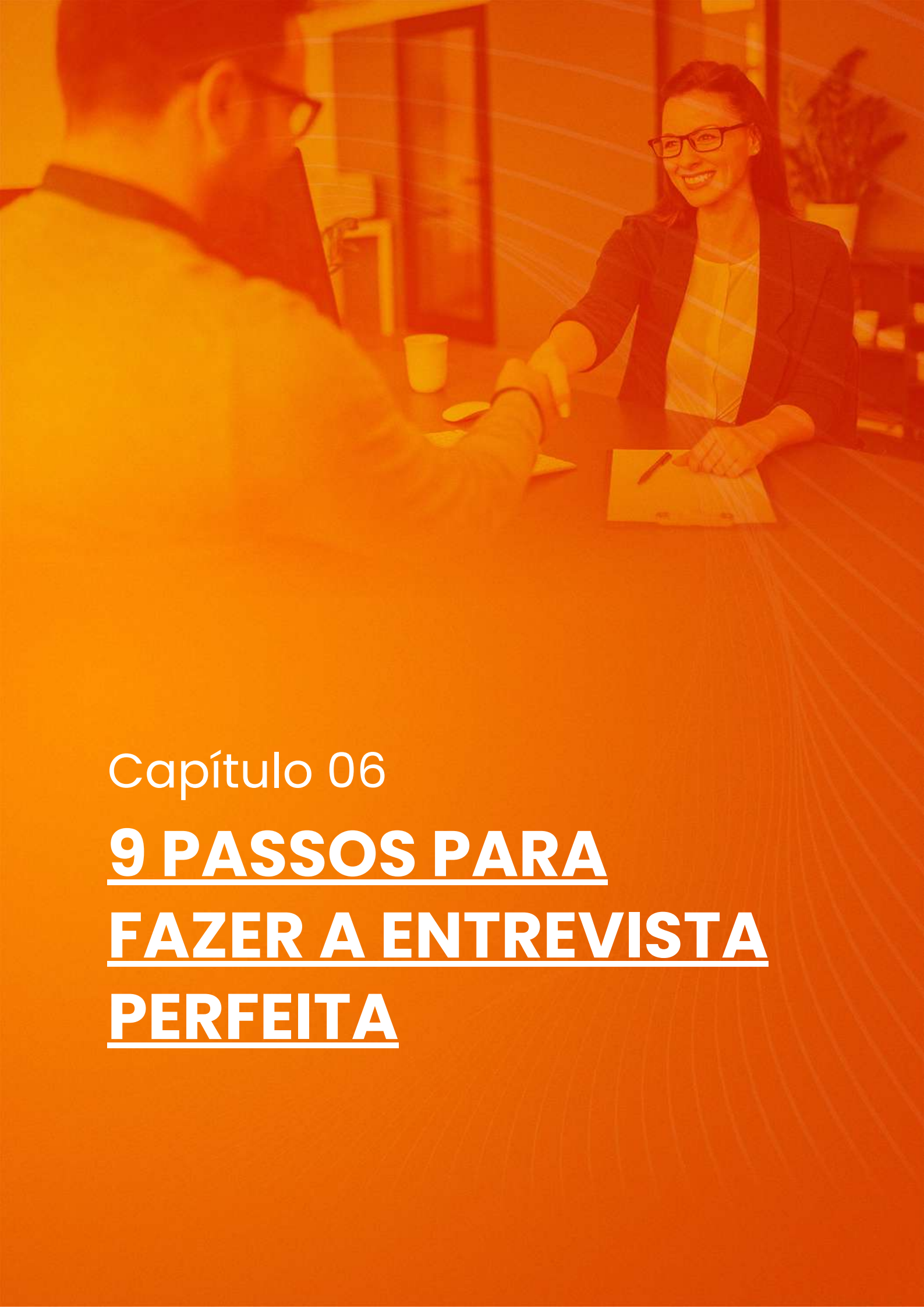
Fale que se inscreve em sites de consultorias, para receber as newsletters e analisa o material recebido, para verificar se estão alinhados com a sua profissão e com o cargo que você pretende exercer.

Fale que você segue profissionais da sua área, tanto nas redes sociais quanto no LinkedIn, para obter o conhecimento que eles disponibilizam, de forma gratuita.

Outra coisa que você pode citar é que troca experiência com colegas da mesma área (colegas de faculdade, colegas com quem você trabalhou em outras empresas, etc.).

Fale também que você participa de fóruns, mastermins e grupos específicos do seu segmento para acompanhar o que está acontecendo na sua área de atuação.

Deixe claro que você se mantém atualizado estudando, pesquisando, fazendo networking e especializações.



Capítulo 06

9 PASSOS PARA
FAZER A ENTREVISTA
PERFEITA



1. Mostre que a sua experiência e os seus resultados são tudo o que a empresa está procurando para aquela vaga.

Ao se candidatar para uma vaga de emprego, você precisa ter em mente que **a empresa está buscando alguém para resolver problemas.**

Esses problemas podem ser:

- Financeiro;
- Suporte;
- Vendas...
- Atendimento ao Cliente

É importante que você identifique quais são os problemas que você vai precisar resolver, ao ocupar o cargo.

A partir daí, mostre que você é capaz de entregar a solução.

Descubra quais são esses problemas e você terá a chave do sucesso da entrevista em suas mãos.

Entenda os problemas que a empresa enfrenta ou quais são os desafios do cargo e prove que você é a solução que eles querem encontrar neste processo seletivo.

Se você não conseguir descobrir quais são esses problemas, pergunte ao recrutador quais são os principais desafios que você vai enfrentar, caso seja escolhido para o cargo.

Fale de situações semelhantes que você já vivenciou em outras empresas, em relação a projetos e também a problemas.

Você vai poder demonstrar que é capaz de trazer essa solução, se focar na sua maior habilidade, naquilo que você faz de melhor.



2. Faça a entrevista ser sobre a empresa.

Faça com que a entrevista sobre você seja uma entrevista sobre a empresa.

A dica aqui é fazer com que os recrutadores se sintam importantes, falando sobre a empresa, em vez de falar apenas sobre si mesmo, como todos os outros candidatos.

Quando você fala da empresa, de como está interessado em fazer parte do time deles, você ganha destaque no processo.

Fale sobre o que eles já estão fazendo e que você pode se juntar à equipe, para contribuir, mostre o quanto você está interessado em fazer parte desses projetos.

Fale sobre algum projeto da empresa, no qual você se orgulha de participar.

Essa atitude faz com que os recrutadores olhem para você “com brilho nos olhos”, te destacando dos outros candidatos.



4. Compartilhe com eles por que você quer o emprego

Deixe claro por que você quer este emprego. Fale que você ama fazer isso e que é o que você faz de melhor.

Por exemplo, se o processo seletivo é para uma companhia aérea, você pode dizer que é apaixonado por aviões, se é para uma empresa de marketing, pode dizer que sempre foi fã dos anúncios de TV e de revistas.

Pense no que te deixa empolgado para trabalhar. Talvez você seja da área da saúde e adora cuidar das pessoas ou, talvez você seja da área de tecnologia e é vidrado nesse universo.

Não importa qual seja a área para a qual você está concorrendo a uma vaga, o importante é ser verdadeiro e demonstrar que realmente ama fazer isso.

Compartilhe com os recrutadores o motivo pelo qual você está disputando aquela vaga.

Isso é muito importante, pois os recrutadores saberão que vão contratar um profissional que também vai ficar satisfeito com o trabalho, ou seja, será um ganha-ganha.

Para a empresa, é muito importante que o trabalho atenda às necessidades do colaborador, pois, caso contrário, ele pedirá demissão em alguns meses de trabalho ou, no máximo, 1 ano, o que gera prejuízo para a empresa.

Por isso, é fundamental deixar claro que você realmente quer esse trabalho.



5. Linguagem Corporal e a Técnica do Espelho

Use a linguagem corporal a seu favor, pois ela é muito importante no momento da entrevista.

Os recrutadores estão preparados para fazer “uma leitura” do seu comportamento durante o processo seletivo.

O que você pode fazer para se sair bem é utilizar a técnica do espelho.

Se você não conhece, **a técnica do espelho consiste em repetir o comportamento dos recrutadores durante o processo.**

Se eles estiverem sentados o tempo todo, você pode permanecer sentado também, de maneira mais relaxada.

Se os recrutadores estiverem em pé, com uma postura mais ereta, demonstrando seriedade, faça o mesmo.

Nada de gesticular sem parar, sentar curvado, rir alto... Isso só demonstraria, de forma inconsciente, que você é diferente deles.

Essa técnica também serve para a voz.

Se eles estiverem falando rápido, tente acompanhar o ritmo, mesmo que seja no meio-termo. O importante é, nesse caso, não falar muito devagar.

O contrário também é válido. Caso os recrutadores falem devagar e você fala muito rápido, tente desacelerar e falar pausadamente.

A técnica do espelho cria uma conexão entre você e o recrutador.

De forma inconsciente, ele vai perceber que você não é diferente dele e isso é bastante positivo na hora de escolher o candidato para a vaga em questão.

Então, **reflita os movimentos dos recrutadores, o tom de voz, os gestos...** De forma sutil, é claro, sem exagerar, para não ficar estranho e forçado.



6. Seja humilde

Se, durante o processo, os recrutadores perguntam se você sabe algo do qual você não sabe, seja sincero.

Não diga que domina uma ferramenta da qual você não conhece, só para parecer que é mais bem preparado que os outros, pois você vai acabar se prejudicando.

Em vez de mentir, para contar vantagem, responda que você nunca trabalhou com aquela ferramenta, mas que conhece outra muito parecida.

Mas, **evite responder apenas “não sei”**, pois, falando que conhece outra semelhante você está demonstrando que tem capacidade para atuar no cargo e que, embora não conheça aquela ferramenta, pode aprender com facilidade.

Procure estar o mais próximo possível daquilo que eles estão procurando, sendo sempre verdadeiro.



7. Seja claro sobre o que você quer

Não fale apenas que quer um emprego.

Explique como esse trabalho vai deixá-lo feliz e realizado, que é algo que você ama fazer e que vai levantar motivado pela manhã e se sentir satisfeito ao final do dia.

Dependendo do cargo, diga o quanto você gosta de trabalhar diretamente com o público ou que ama ajudar pessoas...

Seja bem claro sobre o que você quer ao preencher aquela vaga.

Caso você esteja trabalhando e queira fazer essa transição, deixe claro o porquê de você querer deixar o trabalho em que está para trabalhar nesta empresa.

Fale que o outro trabalho não oferece o que esta empresa está oferecendo e que é justamente tudo o que você procura.



8. Dê respostas claras

Seja direto ao ponto nas suas respostas.

Os recrutadores têm outras pessoas para entrevistar e, por isso, **você precisa dar respostas claras e diretas, sem rodeios.**

Antes de responder as perguntas, pense rapidamente no que você quer falar e como deseja terminar cada resposta, para conseguir ter um início e um fim, sem enrolação.

Ou seja, você vai “criar uma história” na sua mente, em alguns segundos, para dar a resposta de forma clara, sem rodeios, para ser melhor compreendido.

Não precisa contar detalhes, basta fazer um breve resumo, contando os pontos altos da história, para que faça sentido e que tenha um final.

Caso contrário, você pode se prolongar e os recrutadores perdem o interesse.

Quanto mais curta for a sua resposta, mais clara ela será para o recrutador. E isso é excelente para que você consiga passar sua mensagem e ser compreendido.



9. Lembre-se de suas experiências e habilidades passadas

Não confie na sua memória, acreditando que vai lembrar de cada detalhe da sua vida profissional, quando for perguntado.

Por melhor que seja a sua memória, no momento de uma entrevista, é completamente normal ficar ansioso e o nervosismo fazer com que você não lembre de alguma experiência ou habilidade importante para aquela vaga.

Anote todos os detalhes de trabalhos que você já fez, de projetos que já participou...

Isso faz com que você lembre dessas informações, de maneira mais fácil, na hora da entrevista, pois você vai trazer suas experiências e habilidades para a memória de curto prazo.

Quando você escreve essas informações, você consegue deixá-las frescas em sua mente, fazendo você lembrar como se tivesse acontecido recentemente, mesmo que tenha sido há 4 ou 5 anos.

Além disso, quando você tem essas informações na mente, você consegue resumir suas experiências e habilidades em poucos segundos, valorizando a sua apresentação e otimizando o tempo do recrutador, o que é ótimo.

Siga esses passos tão simples, mas que podem te ajudar a dominar o processo seletivo e sair na frente dos concorrentes.

Capítulo 07

Revisão Geral e o Plano Prático para Você Se Preparar para a Próxima Entrevista





A Mentalidade Vencedora

Para dominar o processo seletivo e ser escolhido para preencher a vaga, é essencial ter um mindset alinhado para o crescimento.

A sua comunicação interna e suas atitudes realmente determinam o seu sucesso no mercado de trabalho.

É importante desenvolver uma mente focada no seu crescimento e no seu sucesso, pois a forma como pensamos e agimos diante das situações é o que determina como encaramos a vida, em todos os sentidos, incluindo vida profissional.

“Pensamentos conduzem a sentimentos, sentimentos conduzem a ações e ações conduzem a resultados”...

Tudo está na sua cabeça, lembra? Começa em sua mente e se transforma em realidade.

Se a sua comunicação interna for positiva, você será tomado por sentimentos bons, ideias boas e atitudes positivas que irão levá-lo a conquistar o seu objetivo, seja na sua vida pessoal ou profissional.

Mantenha um diálogo interno positivo e focado nas suas qualidades como pessoa e como profissional.

Se fizer isso, quando surgir uma oportunidade de crescer e de se desenvolver, esse diálogo interno vai te ajudar a se sentir confiante e capaz, algo determinante para o seu sucesso em qualquer processo seletivo...



Reconheça as próprias conquistas e criar sua narrativa vitoriosa

Conheça sua trajetória e reconheça suas próprias conquistas. Seja justo com você mesmo e monte sua história de sucesso.

Essa é uma maneira eficaz de ter clareza mental e mostrar para os recrutadores que você é o candidato ideal para ocupar aquela vaga.

O autoconhecimento é crucial para o seu sucesso pessoal e profissional, por isso, procure reconhecer seus pontos fortes e também os aspectos que precisam ser melhorados, para que você domine o processo seletivo e saia vitorioso.

Faça a declaração de vitória que você aprendeu aqui, repita em voz alta pelo menos 3 vezes e se comprometa com os seus resultados daqui pra frente.



Conhecer as Competências Profissionais mais desejadas para conectá-las à sua narrativa.

Leia atentamente a descrição da vaga e construa sua narrativa com base nas competências exigidas para o cargo em questão.

Crie sua narrativa alinhada com o que os recrutadores buscam, desde que seja verdade, claro.

Construa toda sua comunicação, de acordo com essas competências, desde o currículo à entrevista final.

Competências como bom relacionamento interpessoal, liderança, trabalho em equipe, capacidade de inovar... são bastante valorizadas pelos recrutadores nos processos seletivos.

Por isso, é importante conhecer as competências mais buscadas nas seleções e alinhá-las à sua narrativa.

Isso vai fazer você se destacar dos outros candidatos e você será visto como a pessoa ideal para aquela posição.



Saber avaliar e compreender os maiores desafios da vaga que irá se candidatar.

Outro aspecto que vai fazer com que você domine o processo seletivo é saber quais são os maiores desafios que você irá enfrentar ao ocupar aquele cargo.

Quando você conhece quais são os desafios da vaga que você está se candidatando, você vai poder se preparar para se apresentar como o candidato ideal.

Quem não faz “o dever de casa” é pego de surpresa no momento da entrevista e se prejudica, por não conseguir mostrar que saberá lidar com os desafios do cargo.

Por isso, ganhe destaque em qualquer processo seletivo ao saber avaliar e compreender os maiores desafios exigidos pela vaga.



Se preparar para as perguntas mais frequentes.

Quando se prepara para as perguntas da entrevista, você consegue mostrar que está preparado para assumir aquele cargo e faz com que os recrutadores enxerguem o seu diferencial.

Ao se preparar com antecedência, você vai demonstrar que entende quais são as necessidades da empresa.

Para isso, faça uma pesquisa aprofundada sobre a empresa e sobre o cargo que você deseja assumir.

As perguntas mais frequentes nos processos seletivos você já encontrou aqui, agora, para se preparar para respondê-las, é necessário estudar a empresa, através do site, das redes sociais, das avaliações de outros colaboradores, de clientes, etc.



Aplicar os 9 Passos da Garantia de Aprovação do Capítulo 06.

Agora é o momento de aplicar os 9 Passos da Garantia de Aprovação. Vamos lembrar esses passos, resumidamente.

1. Mostre que a sua experiência e os seus resultados é tudo o que a empresa procura em um candidato para ocupar esta posição.
2. Faça a entrevista ser sobre a empresa.
3. Faça Perguntas Inteligentes
4. Compartilhe com eles por que você quer o emprego
5. Linguagem Corporal e a Técnica do Espelho
6. Seja humilde
7. Seja claro sobre o que você quer
8. Dê respostas claras
9. Lembre-se de suas experiências e habilidades passadas