

DICAS PARA ELABORAR UM CURRÍCULO.

Tenha em mente que o currículo é o documento e utilizado para sua divulgação do profissional. Ele deve ser objetivo, conciso e claro. A função dele é provocar o interesse do recrutador em chamar você para uma entrevista. Assim seu currículo deve proporcionar uma leitura fácil, informacional e agradável.

Devem constar do seu currículo:

Dados Pessoais – Nome, endereço, telefone idade e e-mail.

Área de interesse: Seu objetivo calcado em sua experiência Profissional.

Síntese das Qualificações: As atividades mais significativas desenvolvidas em sua vida profissional. Principais projetos que participou ou gerenciou, detalhe os resultados obtidos se possível com números ou percentuais. Seja enfático ao descrever sobre suas habilidades específicas e conhecimentos práticos

Experiência Profissional: Atividades desenvolvidas nas empresas em que trabalhou. Não seja ser repetitivo. Para cada empresa deve constar o nome, segmento, cargos e as datas de início e de saída. As mais recentes devem vir em primeiro lugar. Mencione suas participações em programas de trainee

Formação Acadêmica: O nome do curso, o nome da Universidade e o ano da formatura. Se possuir curso técnico informar desde que tenha similaridade com a graduação, ou seja, complementar.

Cursos de Aperfeiçoamento: Cursos mais recentes e importantes.

Idioma: Só informe, se avançado ou fluente.

Experiências internacionais: Só experiências profissionais internacionais ou os estudos realizados.

Referências: Nome, endereço, telefone e e-mail de dois ex-gestores, ou clientes, ou pessoas formadoras de opinião ou ainda seu consultor de recursos humanos. Lembre-se de pedir às pessoas autorização, para a inclusão do nome delas, em seu currículo como fontes referenciais.

Cuidados:

- 1. Não informar números dos documentos de identidade;**
- 2. Se jovem ou com pouca experiência profissional informe a sua área de seu interesse, defina a área objetivamente não coloque várias áreas de interesse.**
- 3. Experiências no mercado informal devem ser divulgadas, assim como trabalhos voluntários e sociais que agregaram experiências profissionais a seu perfil de qualificações.**
- 4. Não é necessária capa, folha de rosto ou pasta.**
- 5. Se o currículo for enviado por e-mail, utilize programas simples tipo Word, preferencialmente colados na mensagem. Não protegidos por senhas se anexados. Evite letras e formatações fora do convencional.**
- 6. Procure economizar seu dinheiro e o tempo do recrutador.**
- 7. O currículo deve ter máximos 2 folhas, impressas em só uma das faces.**
- 8. Se fez pós-graduação deve ser informado acima da graduação, usando-se o mesmo princípio para o mestrado que deve ser informado acima da pós-graduação.**
- 9. Não minta jamais. Tenha memorizado todos os detalhes do currículo.**
- 10. Não date ou assine o currículo.**
- 11. Erros de português são inadmissíveis.**
- 12. Se estiver atendendo um anúncio ao enviá-lo por correio ou e-mail, acompanhe-o de uma pequena carta.**

Matéria do site <http://sites.google.com/site/cfonseca1/>

Como se vestir para entrevista de emprego

A regra de que a primeira impressão é a que fica é ainda mais verdadeira para quem está em busca de emprego. Além do jeito como o candidato se porta e fala de suas habilidades, a forma como ele se apresenta também é avaliada pelos recrutadores.

Alguns figurinos podem garantir uma imediata impressão negativa do entrevistado, ofuscando todas as qualidades profissionais que poderiam ser relevadas na entrevista. Mas, com que roupa se apresentar?

João Pedro Caiado, especialista em recursos humanos e presidente da empresa de headhunter e outplacement Human Development Organization, afirma que o candidato que está vestido formalmente nunca está errado, mesmo quando a entrevista ocorre em ambiente informal. Segundo ele, as duas palavras chaves no quesito traje é terno para os homens e tailleur para as mulheres.

"É importante lembrar que as empresas adotam comportamentos e trajes de acordo com sua cultura interna e estes podem variar de uma para outra. Empresas multinacionais, porém, tendem a ser mais conservadoras quanto ao quesito avaliação do perfil visual dos candidatos no momento da entrevista", afirma o especialista.

Independentemente do cargo almejado e do tipo de empresa, alguns itens de roupas e acessórios devem ser evitados, como gorros, minissaias, camisetas estampadas e até sapato muito gasto. "Na maioria das empresas há um senso comum que diz o que deve ou não ser usado numa entrevista de emprego", explica Caiado.

Como não há uma segunda chance para causar uma boa impressão, o especialista em RH dá algumas dicas do que não se deve usar em uma entrevista.

O que não usar numa entrevista:

Pasta de elástico com seu currículo. No lugar use uma maleta ou pasta-portfólio;

Óculos de sol no alto da cabeça ou **fones de ouvido** no pescoço. Guarde qualquer aparelho que esteja usando;

Roupas coloridas ou brilhantes. Exceto em empresas informais;

Roupas largas ou apertadas demais. Considere como um investimento pessoal comprar uma boa roupa para as entrevistas - e que seja do seu tamanho.

Sapato inadequado. Nem pense em tênis, sandálias ou qualquer tipo de sapato aberto.

Não exagere na loção pós-barba, perfume ou colônia. Lembre-se de que há pessoas que têm alergia a determinados aromas - e o entrevistador pode ser uma delas.

Cuidado com roupa nova. Retire todas as etiquetas e lembre-se de cortar o alinhavo que mantém os bolsos do paletó fechados.

Evite piercings e tatuagens visíveis;

Roupa amassada ou suada. Se necessário, tenha à mão outra camisa para a ocasião.

Dicas que fazem a diferença para mulheres

Quadril largo - use colares, lenços e decotes para chamar a atenção para a parte de cima

Pernas Grossas - prefira roupas mais escuras, sempre no tom da saia

Pernas Finas - abuse de calças de cores claras e estampadas. Evite calças justas

Busto Grande - use blusas mais soltas, blazer de gola fina, sem muitos botões e enfeites

Pouca estatura - não use roupas com detalhes horizontais de uma só cor. Não use cintos contrastantes. Escolha sapatos leves e delicados, não de saltos exagerados.

Muita estatura - Não use uma só cor nas roupas. Abuse de acessórios grandes e cintos largos

Mais gordinhas - prefira calças de corte reto e blazers na altura dos quadris. Não use ombreiras nem roupas com bolsos grandes próximos aos seios. Use apenas peças com listras verticais e estampas pequenas com fundo escuro. Cores escuras disfarçam o excesso de peso e túnicas e camisões escondem a cintura e os quadris. Não use cintos.

Dicas que fazem a diferença para homens

Terno: Não feche o último botão. O ideal é que a manga termine na ponta dos dedos

Calça: Deve chegar até a metade da altura do calcanhar do sapato

Jeans: Combina apenas com blaiser esportivo, em ambientes informais

Meias: Devem combinar com o conjunto de cores do vestuário

"Seguindo estas dicas, não há como comprometer a entrevista de emprego do candidato com reparações e avaliações negativas por motivo de escolha de vestuário", conclui Caiado.

De <http://www.administradores.com.br/informe-se/informativo/como-se-vestir-para-entrevista-de-emprego/3462/>

Arrebente na entrevista de emprego

Reinaldo Polito*

Cada vez que vejo o número de candidatos a uma vaga de emprego limpo os olhos para me certificar de que não estou enganado. Sinto pena dessa garotada que se atropela para encontrar um lugar ao sol.

A estatística chega a ser desanimadora —de 15 mil a 25 mil candidatos para 15 a 20 vagas. Há casos em que a procura para esse número de vagas ultrapassa a marca dos 100 mil pretendentes. Lógico que não são todas as empresas, nem todas as atividades que oferecem tão poucas vagas para esse número elevado de candidatos, mas a concorrência é sempre muito grande.

Nos últimos anos, tenho recebido no meu curso de expressão verbal, com frequência crescente, jovens interessados a aprender a falar bem na peregrinação que fazem em busca de uma chance no mercado de trabalho. As mesmas orientações

que tenho dado a eles vou passar agora a você, para que amplie suas chances de se sair bem numa entrevista e conquiste o emprego que tanto deseja.

Ah, e se você já estiver empregado, fique atento, porque as mudanças na vida profissional ocorrem quando menos se espera.

Talvez você não se dê conta, mas ao chegar para a entrevista já terá passado por uma fina seleção. Estará entre candidatos que possuem mais ou menos o seu preparo. A mesma formação acadêmica, o domínio das mesmas línguas, a mesma competência tecnológica, a mesma experiência profissional. A entrevista irá avaliar se além de todos esses pré-requisitos você possui o perfil ideal para a empresa e para a função que deverá ocupar.

É agora, no momento da entrevista, que começa a verdadeira competição. O que você tinha de fazer para se capacitar e chegar até ser entrevistado já fez; daqui para frente estará por sua conta.

Hoje vou falar das preliminares, alertar para os cuidados que você deve tomar antes de chegar na frente do entrevistador. Na próxima semana vou mostrar como deverá agir quando estiver diante dele.

Faça a lição de casa antes da entrevista
Vamos começar pela página um da cartilha. São detalhes que provavelmente nem precisariam ser comentados, mas que se forem deixados de lado você não passará nem sequer da primeira conversa.

Se você for homem, por mais que você goste da sua juba, não vacile, meta a tesoura na cabeleira. Quase todos os entrevistadores dão preferência a entrevistados com cabelos curtos. São raras as atividades que não se incomodam com esse aspecto da aparência —algumas agências de publicidade, empresas de informática e mais meia dúzia de organizações "descoladas". E só. Por isso, se deseja conquistar o emprego, apare os cachos.

Você usa bigode? Bonito, bem aparado? Mas, precisa muito do emprego? Hum, pelo menos no período das entrevistas seria melhor tirá-lo da frente. Eu sei que, se você usa, é porque gosta do bigodinho, ou é uma exigência da mulher ou da namorada que não se cansa de dizer como ele dá um charme todo especial a você. Entretanto, mais de 90% dos entrevistadores preferem candidatos que não usam bigode.

Dê uma checada nas unhas. Verifique se elas estão cortadas e limpas. Com unhas de gavião talvez você não passe nem da recepcionista.

Capriche no figurino. Se não quiser errar, use terno azul marinho, cinza escuro ou preto. Para essas cores a melhor combinação é feita com meias da mesma cor do terno. Você sabia que os primeiros detalhes que as mulheres observam no homem são os sapatos e a gravata? Com o entrevistador talvez não seja muito diferente. Por isso, para essas roupas que acabei de sugerir, escolha sapatos pretos –sempre limpos e engraxados. Embora tenha certa liberdade para combinar a gravata, tome cuidado com as cores espalhafatosas ou que fiquem em desarmonia com o conjunto.

Se você for mulher, prefira vestir um tailleur elegante, discreto. Use maquiagem suave e, assim como os homens, cabelos preferencialmente curtos e com bom corte. Quando for participar de dinâmicas de grupo prefira usar calça comprida para ter mais liberdade e se sentir mais à vontade.

Em todos os casos, sendo você homem ou mulher, vá para a entrevista vestido sempre de maneira formal, mesmo que a região seja propícia para roupas mais informais, como cidades praianas e interioranas. Vale a pena seguir as orientações de um bom livro de moda. Verifique especialmente o capítulo sobre roupas clássicas, para conhecer melhor as combinações mais adequadas.

Como você deseja acertar, talvez quisesse fazer esta pergunta: Polito, o que mata as chances de um candidato? Segure firme que lá vão os pecados capitais.

Se o candidato for fumante ou rechonchudo já chegará em desvantagem. Se você entrou para esse grupo de risco, não fique chateado comigo, são as pesquisas que constataam que mais de 70% dos entrevistadores têm restrições a fumantes e a obesos.

Assim como também torcem o bico quando descobrem que o candidato presta serviços de consultoria independente. A receptividade não é das melhores se o candidato for dono de uma empresa ou se dedicar a algum negócio paralelo. É importante você ter essas informações para não chegar falando maravilhas do seu negocinho paralelo, como se fosse uma grande vantagem.

Pode levar desvantagem também quem estiver beirando um ano como desempregado, ou ainda ultrapassando a linha dos 50. Eu sei que é nessa idade que você está no auge da

experiência e da produtividade. Mas o que fazer se essa turma é chegada nos garotões?

Mulher com filho em idade que exija muito da sua atenção também perde uns pontinhos na competição. Digamos que é um pecado venial.

E para concluir a lista dos contra, as chances do candidato despençarão se permaneceu empregado por menos de dois anos em cada empresa.

Não significa que você será barrado se esbarrar em um ou mais desses aspectos restritivos, mas é bom botar a barbinha de molho para enfrentar dificuldades maiores. Ah, já que a barbinha ficou de molho, dê uma boa aparada nela.

Continue cuidando das preliminares

Falando em lição de casa, procure saber o máximo que puder sobre a empresa que irá entrevistá-lo. Quase todas possuem informações disponíveis na Internet que poderão ser muito úteis nas conversas que mantiver com os entrevistadores.

Tome cuidado para não querer ensinar o pai-nosso ao vigário e começar a dar aulas para o entrevistador. Mas inteire-se da nacionalidade, origem, países onde atua, ramo de negócio, principais produtos, faturamento, concorrência, clientes e, principalmente, se foi motivo de alguma boa notícia nos últimos tempos. Será muito mais apropriado falar sobre a empresa do que a respeito de assuntos que não estejam relacionados com o trabalho que irá desenvolver.

Durante a semana da entrevista, leia os jornais para saber quais são as notícias mais importantes. Esteja muito bem informado para falar sobre qualquer tipo de assunto.

Parece absurdo precisar dar esta orientação, mas a experiência mostra que é um cuidado muito relevante. Estude muito bem seu próprio currículo. Durante a entrevista você precisará ser coerente. Assim, se informou no currículo que seu inglês é fluente, não poderá mudar a história e dizer que possui apenas o nível intermediário; ou, da mesma forma, se disse que tem facilidade para falar em público, não poderá revelar depois que nunca enfrentou uma platéia. Esse tipo de incoerência poderá ser fatal para suas pretensões.

Saiba também quem será o entrevistador, o cargo que ocupa, qual o nome dele e como deve ser pronunciado.

Faz parte da lição de casa dirigir-se ao local da entrevista com antecedência suficiente para chegar pelo menos 15 minutos antes do horário marcado.

Antes de sair, verifique se está levando seus documentos e uma cópia do currículo. Mesmo que já tenha mandado um exemplar, não custa nada se prevenir e levar mais um.

Você está prontinho para enfrentar a fera.

De: <http://noticias.uol.com.br/economia/carreiras/artigos/polito/2007/03/09/ult4385u5.jhtm>

*** Reinaldo Polito é mestre em ciências da comunicação, palestrante e professor de expressão verbal. Escreveu 15 livros que venderam mais de 1 milhão de exemplares - Site: www.reinaldopolito.com.br**