

# ENTREVISTA REMOTA: SCRIPT PRONTO PARA TREINO

## INSTRUÇÕES DE USO

1. **Grave suas respostas** usando o celular ou apps como OBS
2. **Compare** com os modelos ideais
3. **Anote insights** nos campos de feedback

## SEÇÃO 1: DIÁLOGOS PRONTOS

*(Cada pergunta inclui: versão "fraca" -> versão "forte" + espaço para sua prática)*

Pergunta 1: "Conte sobre você"

Modelo Ideal:

"Tenho [X] anos de experiência em [área], com foco em [habilidade principal]. No meu último trabalho, [conquista quantificável]. Busco essa vaga porque [ligação clara com valores da empresa]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 2: "Qual seu maior defeito?"

Modelo Ideal:

"Antes tinha dificuldade com [X], mas adotei [solução] e melhorei [métrica]. Um exemplo é [caso específico]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 3: "Por que deixou seu último emprego?"

Modelo Ideal:

"Busco novos desafios alinhados com [objetivo profissional]. Na [empresa anterior], contribuí com [conquista], e agora quero [ligação com a vaga atual]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 4: "Conte uma situação de conflito no trabalho."

Modelo Ideal:

"Uma vez, [contexto breve]. Minha ação foi [X], resultando em [Y]. Aprendi que [lição]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 5: "Onde se vê em 5 anos?"

Modelo Ideal:

"Quero dominar [habilidade] e contribuir com [objetivo da empresa]. Planejo isso através de [cursos/experiências]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 6: "Qual seu estilo de trabalho ideal?"

Modelo Ideal:

"Prefiro ambientes que equilibram [autonomia] e [colaboração]. No último ano, adaptei-me bem a [exemplo remoto]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 7: "Por que quer trabalhar aqui?"

Modelo Ideal:

"Admiro [projeto/valor da empresa]. Minha experiência em [X] pode ajudar especificamente em [Y], como fiz em [exemplo]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 8: "Como lidaria com [desafio técnico]?"

Modelo Ideal:

"Primeiro, analisaria [X]. Usaria [ferramenta] para [Y], baseado em minha experiência com [caso similar]."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 9: "Qual foi seu erro profissional e como corrigiu?"

Modelo Ideal:

"Uma vez, [erro específico]. Corrigi implementando [solução], e hoje uso [ferramenta] para evitar recorrências."

Sua Versão: \_\_\_\_\_

Pergunta 10: "Tem alguma dúvida?"

Modelo Ideal:

"Sim. Como a equipe mede sucesso nesta posição? E como posso superar essas expectativas nos primeiros 90 dias?"

Sua Versão: \_\_\_\_\_

## SEÇÃO BÔNUS: RESPOSTAS PARA OBJEÇÕES

Recrutador diz: "Seu perfil parece júnior para esta vaga."

→ Estratégia:

"Minha experiência em [X] trouxe resultados como [Y]. Além disso, completei [curso/certificação] para acelerar minha curva de aprendizado em [Z]."

Recrutador diz: "Estamos buscando alguém com mais domínio em [ferramenta]."

→ Estratégia:

"Entendo. Embora eu use mais [similar], já iniciei [curso] e posso demonstrar meu primeiro projeto até [data]."

## DICAS DE PREENCHIMENTO

Grave em áudio antes de escrever para captar naturalidade

Destaque números (% resultados, prazos)

Revise com o método "3C": Claro, Conciso, Conectado

## SEÇÃO 2: TREINO NÃO-VERBAL

Exercício 1: Assista seu vídeo e marque:

- Contato visual com a câmera
- Sorriso natural nos primeiros 3s
- Postura ereta sem rigidez

Exercício 2: Pratique com essas frases:

"Essa pergunta é excelente!" (entonação energética)

"Vou refletir um momento." (tom calmo e confiante)

## SEÇÃO 3: CHECKLIST PRÉ-ENTREVISTA

24h Antes:

- Testar iluminação (usar o truque da moeda: deve ser possível ler os detalhes numa moeda posicionada no seu rosto)
- Baixar atualizações do Zoom/Teams
- Preparar 3 perguntas sobre a empresa

5 Minutos Antes:

- Respirar 4-2-6 (4s inspirar, 2s segurar, 6s expirar)
- Beber água em temperatura ambiente

### **BÔNUS: CENÁRIOS PARA SIMULAÇÃO**

Caso 1: "Notamos um gap no seu currículo..."

→ Estratégia: "Foi quando me dediquei a [curso/projeto relevante]. Aprendi [X], que aplico agora em [Y]."

Caso 2: "Parece que você não tem experiência com [ferramenta]..."

→ Estratégia: "Uso [similar] há [tempo]. Vi que [ferramenta] funciona com [lógica parecida] porque [pesquisa]."