

# O que não fazer antes e durante uma entrevista de trabalho



... pois esse tempo é muito curto para tentar criar qualquer boa impressão no entrevistador quando se está tentando conseguir uma vaga de emprego.

Por isso é essencial se preparar de fato para esse momento importante – e aumentar a chance de causar uma boa primeira impressão. E dá para diminuir o risco – olha só...

**Cheiros muito fortes** – 30% das pessoas odeiam cheiros fortes. Não importa se é de cigarro, suor ou até mesmo de um perfume caro. Dica: não aplique perfume e uma loção corporal de cheiro acentuado ao mesmo tempo.

A diferença (ou sobreposição) de aromas pode **causar enjoo**. Ainda, evite alimentos que tenham cheiro forte antes da entrevista, como, por exemplo, atum, cebola ou até ovos cozidos.

**Noite em claro** – não se esqueça de dormir bem na noite

anterior a entrevista. Pois ninguém quer estar com aparência cansada e com olheiras, né? E o pior: devido à falta de sono, seu raciocínio será **prejudicado** e poderá responder errado a algumas perguntas. Já imaginou o mico???

**Seduzir o/a entrevistador/a** – preciso mesmo explicar? Envolver o outro para o seu universo é uma coisa, forçar qualquer outra situação é inaceitável!!



**Temas pessoais/contar história da sua vida** – sim, é bom manter um tom mais amigável e confortável na entrevista, mas não exagere, nunca se sabe como o empregador vai reagir às suas histórias. Então, cuidado.

**Garrafa de água** – durante a entrevista, pode acontecer de sua boca ficar seca, e por isso a água vai ser de muita ajuda. Para mim, este é um item que não falta na minha bolsa, além de ser muito bem pra saúde. Dica: ao beber, peça licença e faça isso com discrição e sem ruídos, tá? E guarde a garrafa imediatamente depois de dar seus goles...

Até as pessoas mais perfeccionistas cometem erros, por isso tente relaxar. Mesmo. E não apenas parecer, mas também lembrar

as razões para estar de fato confiante. Afinal, o NÃO você já tem, então corra atrás do SIM!