

## A Entrevista de emprego



A entrevista é uma etapa no processo de procura ativa de emprego que se assume como momento-chave, quer para o/a candidato/a, quer para a entidade empregadora. Este é um momento decisivo, no qual o/a candidato/a e o/a entrevistador/a trocam impressões: é a altura ideal para o/a candidato/a demonstrar que é a pessoa indicada para “aquele posto de trabalho”.

O *curriculum vitae* do/a candidato/a pode ser excelente, o perfil poderá ser adequado para a função, mas se a entrevista “correr mal” ou gerar dúvidas, o/a candidato/a poderá ser preterido/a. Assim, é fundamental:

- ▶ Preparar-se para a entrevista, procurando obter o máximo de informação possível acerca da empresa e da função a que se candidata;
- ▶ Ser pontual;
- ▶ Apresentar-se de forma cuidada, com roupa discreta e que denote algum formalismo e profissionalismo;
- ▶ Ter uma postura adequada e positiva, demonstrando confiança e empatia;
- ▶ Estabelecer o contacto visual com o/a entrevistador/a, escutando de forma atenta e com interesse;
- ▶ Antecipar as respostas às questões mais frequentes, respondendo de forma assertiva, segura e sem hesitações, tendo especial atenção ao discurso utilizado, que deverá ser cuidado, claro e objetivo;
- ▶ Demonstrar claramente o que sabe fazer, incidindo sobre as competências profissionais e pessoais.

**A procura ativa de emprego deverá ser um trabalho a tempo inteiro e preparar-se para uma entrevista de emprego requer algum trabalho de casa.** Desta forma, as entrevistas de emprego, apesar de se assumirem como momentos decisivos, não deixam de ser também uma excelente oportunidade de aprendizagem, pelo que a auto-avaliação acerca da preparação e do desempenho durante a entrevista é fundamental para melhorar numa próxima oportunidade.

## EM AGENDA:

### EMPREGO

**Gabinete de apoio ao Empreendedorismo**  
Terças-feiras, 9h30 - 12h00  
Inst. Municipais de Ação Social - Vila Verde

**Gabinete de atendimento J.F. de Parada de Gatim**  
Quintas-feiras, 9h30 - 12h00

**Gabinete de atendimento J.F. de Marrancos**  
Sextas-feiras, 9h30 - 12h00

**GEPE - Abordagem ao Mercado de Trabalho**  
Dra. Margarida Pinheiro (GIP)  
07 de setembro  
Inst. Municipais de Ação Social - Vila Verde



Inicia em setembro

### FAMÍLIA

**Workshop de Imagem e Marca Pessoal**

**Oficinas Intergeracionais com as IPSS's do Concelho**

**Voluntariado à medida**

### COMUNIDADE

**Levantamento das associações concelhias**

## “Gestão de Conflitos Intrapessoais e Interpessoais”: 3ª Sessão do GEPE

A “Gestão de Conflitos Intrapessoais e Interpessoais” foi o mote para a terceira sessão do GEPE - Grupo de Entajuda para a Procura de Emprego, que decorreu durante a tarde de 3 de Agosto, nas Instalações Municipais dos Serviços de Ação Social de Vila Verde.

Esta sessão teve como objetivos conhecer as características dos conflitos, distinguir os diferentes tipos de conflito, e adotar estratégias adequadas à gestão de conflitos. No que concerne às estratégias para a resolução do conflito foi enfatizada a importância de intervir junto do conflito por forma a não deixar que este aumente. Paralelamente, é importante separar as pessoas dos conflitos e procurar acordo entre as diversas partes envolvidas. Por fim, ouvir e escutar, são competências-chave para se conseguir encontrar um consenso.

No âmbito do GEPE, a próxima sessão, subordinada ao tema “Mercado de Trabalho”, irá decorrer no dia 07 de Setembro, às 14h30, no mesmo local com a colaboração da Dr<sup>a</sup> Margarida Pinheiro – Técnica do Gabinete de Inserção Profissional.



## Procurar emprego dá trabalho e nós estamos cá para ajudar

Os desafios do mercado de trabalho e a crescente necessidade de preparação para a procura ativa de emprego são fatores que todos/as aqueles/as que procuram emprego não podem ignorar. Conscientes das dificuldades de adaptação às exigências atuais de procura de emprego temos vindo a desenvolver um trabalho de apoio à procura de emprego, nos gabinetes de atendimento, sendo a descentralização uma primeira aposta para a proximidade dos nossos serviços.

**Consolidados que estão os gabinetes de atendimento, estamos agora voltados para um acompanhamento que implique responder a todas as necessidades da população.**

Mais que uma mera divulgação de oportunidades de emprego e/ou formação profissional, pretendemos contribuir para melhorar as competências dos/das nossos/as utentes. Desta forma, reformulamos os procedimentos de atendimento/accompanhamento, simplificando e redefinindo novas práticas, para que se tornem mais personalizadas e adequadas às necessidades da população. Iremos também incentivar todos/as aqueles/as que nos contactam via telefone ou por e-mail a uma abordagem presencial que nos possibilite um conhecimento mais personalizado das suas competências e dificuldades bem como das oportunidades que poderão ser criadas.

Cremos que assim a nossa resposta será mais adequada e centrada nas necessidades e potencialidades de cada utente.

A nossa missão é capacitar aqueles/as que procuram emprego, formação profissional ou novas oportunidades profissionais com os recursos necessários aos desafios atuais do mercado de trabalho, fomentando atitudes mais empreendedoras e criativas.

**“Procurar emprego dá trabalho e nós estamos cá para ajudar”, esta é a nossa máxima! Não hesite em procurar o nosso apoio!**



## Técnicas de Procura de Emprego

O ciclo de Técnicas de Procura de Emprego decorreu durante os meses de julho e agosto nas Instalações Municipais do Serviço de Ação Social de Vila Verde. Esta iniciativa contou com quatro sessões semanais subordinadas a temas como “Empreendedorismo”, “Dinamização do Curriculum”, “Cartas de Apresentação” e “Preparação de entrevistas”. Este ciclo tem como objetivos, incrementar ações empreendedores, dotar os/as participantes de competências necessárias para a elaboração da carta de apresentação e para a construção do *curriculum* e promover o desenvolvimento de atitudes e comportamentos adequados aquando as entrevistas de emprego.

Este ciclo destinou-se não só a desempregados/as mas também a jovens à procura do primeiro emprego e ativos à procura de novo emprego ou de novos desafios profissionais, pelo que qualquer município teve a oportunidade de participar de forma livre e gratuita.