

PREPARA'T L'ENTREVISTA TELEMÀTICA

BY NETCLUB



CONNEXIÓ A INTERNET

Comprova que tens una bona connexió a internet, si tens l'opció prioritza connectar-te mitjançant **fibra òptica**. Comprova prèviament que pots navegar de manera fluida i sense talls o retards.



IL·LUMINACIÓ I FONTS

Evita ombres i excés de llum. La millor font de **llum** és la **natural**, en cas de ser insuficient, col·loca una làmpada vora teu.

Cerca un **fons blanc** o de color **neutre**. Evita elements de fons que puguin distraure l'atenció de la persona entrevistadora.



INTERFERÈNCIES

Evita les interferències sonores en la mesura possible.

Per a minimitzar-les el que podem fer és utilitzar **auriculars**, **silenciar el micròfon** quan l'interlocutor estigui parlant.

COMUNICACIÓ NO VERBAL

Mira a la càmera del teu ordinador, no a la pantalla. D'aquesta manera l'interlocutor sentirà que l'estàs mirant als ulls.

Reforça el teu discurs amb certa **gesticulació**. Emfatitza el missatge amb les mans, assenteix amb el cap...



PRIMERA IMPRESSIÓ

Vesteix **roba que et faci sentir segur/a**.

Utilitza **colors discrets**, evitant el blanc i els estampats. Aquests poden distraure o distorsionar la imatge davant la càmera.

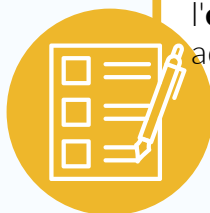
Tingues cura del **cabell, net i pentinat**.



PROVES TÈCNIQUES

És important que abans de l'entrevista preparis l'**espai**.

Sempre que puguis, fes proves amb una altra persona, simula la trobada, Assegura't que la **connexió**, l'**enquadrament**, la **llum** i el **so** són adequats.



(Actualitzat 07/2024)