临场面试的技巧及注意事项

对社会经验有所欠缺的毕业生，求职面试的时候有一条是很重要的：不要首先去你最心仪的单位，而是首先到你不是特别想去的单位去面试！不为别的，就为了熟悉一下面试的全过程，为到最心仪的单位面试打下伏笔。同时，谨记下面这些面试技巧及注意事项，将会大有帮助。

面试技巧及注意事项上篇：面试技巧篇

1、面试技巧：如何回答问题

(1) 把握重点，简捷明了，条理清楚，有理有据。一般情况下回答问题要结论在先，议论在后，先将自己的中心意思表达清晰，然后再做叙述和论证。否则，长篇大论，会让人不得要领。面试时间有限，如果多余的话太多，容易走题，反倒会将主题冲淡或漏掉。这一点在面试自我介绍的时候尤其需要注意。

(2) 讲清原委，避免抽象。用人单位提问总是想了解一些应试者的具体情况，切不可简单地仅以“是”和“否”作答。应针对所提问题的不同，有的需要解释原因，有的需要说明程度。不讲原委，过于抽象的回答，往往不会给主试者留下具体的印象。

(3) 确认提问内容，切忌答非所问。面试中，如果对用人单位提出的问题，一时摸不到边际，以致不知从何答起或难以理解对方问题的含义时，可将问题复述一遍，并先谈自己对这一问题的理解，请教对方以确认内容。对不太明确的问题，一定要搞清楚，这样才会有的放矢，不致答非所问。

(4) 有个人见解，有个人特色。用人单位有时接待应试者若干名，相同的问题问若干遍，类似的回答也要听若干遍。因此，用人单位会有乏味、枯燥之感。只有具有独到的个人见解和个人特色的回答，才会引起对方的兴趣和注意。

(5) 知之为知之，不知为不知。面试遇到自己不知、不懂、不会的问题时，回避闪烁，默不作声，牵强附会，不懂装懂的做法均不足取，诚恳坦率地承认自己的不足之处，反倒会赢得主试者的信任和好感。

2、面试技巧：如何消除紧张

由于面试成功与否关系到求职者的前途，所以大学生面试时往往容易产生紧张情绪。有些大学生可能由于过度紧张而导致面试失败。因此必须设法消除过度的紧张情绪。这里介绍几种消除过度紧张的技巧，供同学们参考。

(1) 面试前可翻阅一本轻松活泼、有趣的杂志书籍。这时阅读书刊可以转移注意力，调整情绪，克服面试时的怯场心理。避免等待时紧张、焦虑情绪的产生。

(2) 面试过程中注意控制谈话节奏。进入试场致礼落座后，若感到紧张先不要急于讲话，而应集中精力听完提问，再从容应答。一般来说人们精神紧张的时候讲话速度会不自觉地加快，讲话速度过快，既不利于对方听清讲话内容，又会给人一种慌张的感觉。讲话速度过快，还往往容易出错，甚至张口结舌，进而强化自己的紧张情绪 ，导致思维混乱。当然，讲话速度过慢，缺乏激情，气氛沉闷，也会使人生厌。为了避免这一点，一般开始谈话时可以有意识地放慢讲话速度，等自己进入状态后再适当增加语气和语速。这样，既可以稳定自己的紧张情绪，又可以扭转面试的沉闷气氛。

(3) 回答问题时，目光可以对准提问者的额头。有的人在回答问题时眼睛不知道往哪儿看。　经验证明，魂不守舍，目光不定的人，使人感到不诚实；眼睛下垂的人，给人一种缺乏自信的印象；两眼直盯着提问者，会被误解为向他挑战，给人以桀骜不驯的感觉。如果面试时把目光集中在对方的额头上，既可以给对方以诚恳、自信的印象，也可以鼓起自己的勇气，消除自己的紧张情绪。

3、面试技巧：如何运用语言

面试场上你的语言表达艺术标志着你的成熟程度和综合素养。对求职应试者来说，掌握语言表达的技巧无疑是重要的。那么，面试中怎样恰当地运用谈话的技巧呢？

(1) 口齿清晰，语言流利，文雅大方。交谈时要注意发音准确，吐字清晰。还要注意控制说话的速度，以免磕磕绊绊，影响语言的流畅。忌用口头禅，更不能有不文明的语言。

(2) 语气平和，语调恰当，音量适中。面试时要注意语言、语调、语气的正确运用。打招呼时宜用上语调，加重语气并带拖音，以引起对方的注意。自我介绍时，最好多用平缓的陈述语气，不宜使用感叹语气或祈使句。声音过大令人厌烦，声音过小则难以听清。以每个用人单位都能听清你的讲话为原则。

(3)注意听者的反应。求职面试不同于演讲，而是更接近于一般的交谈。交谈中，应随时注意听者的反应。比如，听者心不在焉，可能表示他对自己这段话没有兴趣，你得设法转移话题；侧耳倾听，可能说明由于自己音量过小使对方难于听清；皱眉、摆头可能表示自己言语有不当之处。根据对方的这些反应，就要适时地调整自己的语言、语调、语气、音量、修辞，包括陈述内容。这样才能取得良好的面试效果。

4、面试技巧：如何运用手势

其实，在日常生活交际中，人们都在自觉不自觉地运用手势帮助自己表达意愿。那么，在面试中怎样正确地运用手势呢？

表示关注的手势：在与他人交谈中，一定要对对方的谈话表示关注，要表示出你在聚精会神地听。对方在感到自己的谈话被人关注和理解后，才能愉快专心地听取你的谈话，并对你产生好感。面试时尤其如此。一般表示关注的手势是：双手交合放在嘴前，或把手指搁在耳下；或把双手交叉，身体前倾。

面试技巧及注意事项下篇:注意事项篇

1、面试中的基本礼仪

(1)一旦和用人单位约好面试时间后，一定要提前5-10分钟到达面试地点，以表示求职者的诚意，给对方以信任感，同时也可调整自己的心态，作一些简单的仪表准备，以免仓促上阵，手忙脚乱。为了做到这一点，一定要牢记面试的时间地点，有条件的同学最好能提前去一趟，以免因一时找不到地方或途中延误而迟到。如果迟到了，肯定会给招聘者留下不好的印象，甚至会丧失面试的机会。如果在上海找工作，就更要特别注意这一点。因为上海的路很绕，很容易因为找不到地方而迟到。

(2) 进入面试场合时不要紧张。如门关着，应先敲门，得到允许后再进去。开关门动作要轻，以从容、自然为好。见面时要向招聘者主动打招呼问好致意，称呼应当得体。在用人单位没有请你坐下时，切勿急于落座。用人单位请你坐下时，应道声“谢谢”。坐下后保持良好体态，切忌大大咧咧，左顾右盼，满不在乎，以免引起反感。离去时应询问“还有什么要问的吗”，得到允许后应微笑起立，道谢并说“再见”。

(3) 对用人单位的问题要逐一回答。对方给你介绍情况时，要认真聆听。为了表示你已听懂并感兴趣，可以在适当的时候点头或适当提问、答话。回答主试者的问题，口齿要清晰，声音要适度，答话要简练、完整。一般情况下不要打断用人单位的问话或抢问抢答，否则会给人急躁、鲁莽、不礼貌的印象。问话完毕，听不懂时可要求重复。当不能回答某一问题时，应如实告诉用人单位，含糊其辞和胡吹乱侃会导致面试失败。对重复的问题也要有耐心，不要表现出不耐烦。

2、不要有这些小动作

手：这个部位最易出毛病。如双手总是不安稳，忙个不停，做些玩弄领带、挖鼻、抚弄头发、掰关节、玩弄考官递过来的名片等动作。

脚：神经质般不住晃动、前伸、翘起等，不仅人为地制造紧张气氛，而且显得心不在焉，相当不礼貌。

背：哈着腰，弓着背，似一个“刘罗锅”，考官如何对你有信心？

眼：或惊慌失措，或躲躲闪闪，该正视时却目光游移不定，予人缺乏自信或者隐藏不可告人秘密的印象，极易使考官反感；另外，若死盯着考官的话，又难免给人压迫感，招至不满。

脸：或呆滞死板，或冷漠无生气等，如此僵尸般地表情怎么能打动人？得快快改掉。一张活泼动人的脸很重要。

行：其动作有的手足无措，慌里慌张，明显缺乏自信，有的反应迟钝，不知所措，不仅会自贬身价，而且考官不将你看“扁”才怪呢。

总之，面试时，这些坏习惯一定要改掉，并自始自终保持斯文有礼、不卑不亢，大方得体、生动活泼的言谈举止。不仅可大大提升增强求职者的形象，而且往往使成功机会大增

3、面试中的随机应变

在面谈面试过程中，用人单位一般处于主动位置，尤其是面谈没有固定的模式，有时可能会随时发生你所料想不到的情况，这时就需要你善于随机应变，恰当处理意外情况：

（1）、比如在面谈中，你可能会出现紧张感，把事先准备组织的表述内容扰乱了，此时，你或许可以向主考官坦率地说对不起，或太紧张了，是否能暂停一下，一般主考官会给予谅解，此时你便可稳定情绪，从新组织你的表述内容：

（2）、在面谈中也可能会碰到双方沉默、尬尴，这也可能是应试人故意设置的，看你能否沉得住气，此时你得善于寻找恰当的策略来应付，比如找一些主考官感兴趣的话题，以恰当的方式来继续会谈，或者顺着刚才的话题，继续发挥谈话。你同时也保持沉默，可能也是一种有效的策略。

（3）、如果你讲错了话，切勿紧张失态，保持镇定，若是小错，可以忽略不予计较，继续你的讲话，若是大错，则应当面纠正致谦。

（4）、对主考官所提出的问题，你若不懂，切勿装懂卖弄，可以坦率承认，并可虚心请教，这样可显出你的诚实好学的品质。

对面试者来说，还要注意以下细节问题：

1、第一印象很重要。和主考官握手一定要有力，以说明你的自信和热情；要两眼平视主考官，注意和考官们目光交流，而不要环顾四周

2、面试时要集中注意力。对主考官提出的任何问题都不要忽略

3、少说话。要避免滔滔不绝、夸夸其谈的陈述，回答问题时要具体明了

4、准时抵达面试地点。准时到达说明你重诺守信

5、不要在面试中表现出你非常迫切地希望得到这份工作，但也不要表现出你对这份工作毫无兴趣

6、着装要得体

7、要注意礼貌，多使用“请”、“谢谢”、“非常荣幸”之类的话语

8、不要有过多的小动作。面试中任何一个不经意的小动作，如不停地摸头发、玩圆珠笔、不停地舔嘴唇等，都会让主考官对你的印象大打折扣，因为这些行为反映了面试者的紧张情绪

9、让主考官更好地认识你。向主考官简明扼要地介绍你的才能以及你打算怎样在工作岗位上发挥作用

10、在面试之前一定要仔细了解用人单位的特点和工作范畴

最后，祝各位都能找到一份自己心仪的岗位~~