

面试技巧二：面试时间的合理安排和注意事项 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/20/2021\\_2022\\_\\_E9\\_9D\\_A2\\_E8\\_AF\\_95\\_E6\\_8A\\_80\\_E5\\_c25\\_20897.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/20/2021_2022__E9_9D_A2_E8_AF_95_E6_8A_80_E5_c25_20897.htm) 面试时间的合理安排和

注意事项一、出发 出发时间，一定要保证提前半小时到达面试地点。考生对从住处到面试地点需要多少时间，要心中有数。如果不熟悉路或可能路上塞车，最好早一些出门。总之，一定不能迟到，最少是提前十五分钟到。

1、准时到达面试地点，具有非常重要的意义：准时到达是人际交往中极为重要的礼节，按约定时间提前片刻或准时到达，不仅仅是个人的基本社交素养，更展现了你对公务员面试的重视以及重诺守信的做人准则。如果没有正当理由而迟到，那么面试结果将很难乐观，这里的正当理由绝不是诸如什么堵车了、病了等琐事，对于一个连自己时间都管理不好的人是很难指望他在国家公务员岗位上尽职尽责的。准时到达，会给公务员面试的组织、管理工作提供积极的合作。来早了，会给工作人员带来不方便；而晚到，更给面试的组织带来麻烦。从应试者自身的角度来说，准时到达，可以给自己在进入面试考场前有一个休息整理的、熟悉情况考场情况的时间，否则，当你气喘吁吁进入面试考场时，你只能给人留下一个鲁莽、草率、急躁、不稳重的印象；如果过早到达，会让你的信心、平静、沉着一点点被焦急的等待而消耗掉。

2、出发前的注意事项：第一，在临出门前，检查一下自己的仪表。尤其要注意一些细节，如有没有在牙缝里还残留食物的残渣等等，整洁的仪表不仅能够在面试中的“仪表举止”一项中得到高分，而且会给面试考官一个好的印象，以利于信息交流时的情

感沟通。第二，检查一下必备的文件材料，若有报名表、简历中遗忘的材料，记着带上，以备面试时可能要用。第三，带着放松的心情出发。对着镜子里的你，微笑一下，让你的心情充分舒展、放松，信心十足地踏上征程。面试中应试者的竞争是全方位的，做好每一个细节的准备工作都非常重要，做好出发前的准备工作了是完成了面试的第一步。

二、进入考场前的准备到达面试地点时，如果时间尚早，完全可以散散步，然后在面试开始十五分钟前到指定的供应试者休息和准备场所。在面试开始的十五分钟中，可以参照下面的方法做准备。

第一，找个位置坐下，稍做休息。待呼吸舒缓后，询问一下工作人员，是否需要签到？面试时间是否有改变？以及相关的一些事项。

第二，再次整理一下仪表。男士注意一下领带的松紧（如果系领带的话），松了，不符合着装礼仪；紧了，会造成呼吸不畅，容易产生紧张。女士可以稍微补一下妆，但切勿上浓妆。还需要检查：鞋子是否需要擦一擦灰尘？（记住擦鞋的纸巾一定要扔到该扔的地方）鞋带是否松了？头发是否凌乱？脸上是否有尘土？若略显疲倦，可以去洗手间洗一洗脸，但请擦干面庞之后再回到休息室。

第三，在心中演练一下面试中自我介绍和可能出现的问题的解答，并且尽力想象实际面试中的气氛，以提高自己的兴奋水平，。如果感到紧张，最好就不要这样做，你可以闭目静坐，调整呼吸均匀而缓慢，做一个放松训练。总之，要保证自己处于一定的兴奋水平，既不松懈，又不紧张。心理学研究表明，只有在中等激活水平下，人的能力才能最好发挥。

第四，保持行为的文明礼貌。尽管还未进入面试考场，但请注意，坐姿端正，言语礼貌文雅。一个聪明的竞争者，知道

在没有进入考场前，面试其实早就开始了。有这样一个例子，在一次公务员面试的等待中，李小姐去洗手间补妆，在洗手间门口，她碰到另一位女士。李小姐彬彬有礼地点头向对方致意，并打开门，请对方先进，对方表示感谢后，李小姐又做了得体的回答。这本是一件小事。当李小姐进入面试考场时，惊讶地发现洗手间碰到的那位女士，正是面试考官中的一位。她平静地向考官们打了招呼，面试就开始了。面试的整个过程，她都感觉到了那位女士对她友好、亲切与注意的目光，这个目光让她感到很轻松，似乎高高在上的主考官与自己的距离近多了，在洗手间与那位女士的短短交流只是几句话而已，但这种非角色的人际交往，起到了很大的情绪互动的作用，让李小姐获益菲浅。

第五，等待时，可以与其他面试者交谈。你们之间可以用积极的语言相互鼓励，切忌说一些诸如“我很紧张”之类的话，这会给你带来消极的心理暗示。总之，一定要保持积极的情绪状态。

第六，不要费尽心思地想从先面试完的人问出来什么。当有应试者从考场出来后，有些人一拥而上问个不停。其实你根本就问不出什么来，这样，只能造成自己的慌张和忙乱，并且给人留下不稳重的印象。现在，轮到你上场了，你一定要信心十足地步入考场。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)