

公务员考试，为临场面试做准备-公务员考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/23/2021_2022__E5_85_AC_E5_8A_A1_E5_91_98_E8_c26_23371.htm 争取到面试机会是一个关键性的开始，你应该珍惜这个机会，再接再厉，一鼓作气，争取最后的胜利。为此，你要为临场应试做一些更直接的准备：一、心理准备 面试关系到你未来的前途问题，每个人都希望在面试时留给主考官一个优良而深刻的印象，以增加录取的可能性。面试就好比是一场考试，在测试每个人的能力，也在测试每个人的心理素质，临场发挥。在接到应聘单位的面试通知后，不同的人会有不同的心理反应，有些人喜形于色，甚至得意忘形，以为已经万事大吉，因此放松自己，刀枪入库、马放南山；有些人却紧张得不得了，整天提心吊胆，忧心忡忡，感觉自己这也不行，那也不行，惟恐别人看不中；还有些人感觉无所谓，不就是面试吗，随便聊两句就过去了，没必要兴师动众，搞得鸡犬不宁……应试者的心态各种各样，无法用三言两语概括，也没有必要逐一分析讨论。我们所关心的是，到底应该采取一个什么样的心理状态来面试，怎样克服和防止一些不利于成功的心理。正确的应试心理有这样一些特点：热情、积极、自信、平静和谨慎。接到面试通知以后你应该给予积极的响应，充满热情地投入准备工作中去，并相信经过自己的努力会赢得竞争的胜利；你应感觉一个难得的机会正同你一步步地靠近。你可以有机会充分展现你的才华，用自己的知识能力把握自己的命运，这是多么令人兴奋的事啊！但是，在兴奋激动之余，你还冷静地审视自己，考虑怎样才能发挥出自己的优势，弥补自己的

不足，并为此做一些细致耐心的努力。最后，你应当以一种平静的心态来迎接这次挑战，因为你毕竟还是你自己，你不可能几天时间内超凡入圣或成为一个理想中的人物，只要自己尽了心尽了力，就不要为自己不能把握的事而担忧。争取到面试机会当然是件好事，这标志着你已经在前面的竞争中击败了很多对手，但这离最后成功还有很长的距离，千万不要为一点点的进展而沾沾自喜，裹足不前，因为你将面临更加激烈的竞争，高手如云，人外有人，天外有天，任何时间你都没有骄傲自大的理由，在此，我奉劝那些恃才傲物的朋友决不能放松警惕，“骄兵必败”实乃千古名训，自以为天下无敌者应时刻引以为戒。不幸的是，在有些人由于眼空四海、目中无人而折戟沉沙之际，另一些人却由于妄自菲薄、自怨自艾而一筹莫展。自负和自卑这两个极端，葬送了无数人的前程，实在令人遗憾。经验表明，适度紧张有利于集中精力、活跃思维，并不是坏事。因此，面试前最好是顺其自然，一方面积极努力，一方面不要期望过高，因为决定成败的因素并不是全由自己能把握的。在面试过程中，面试者扮演一种接受提问与考查，同时又要自我表现的角色，这种角色往往让面试者出现两种极端倾向，或者因过于拘谨而表现不足，或者因卖弄张扬而表现过分，这两种倾向都会影响面试成绩。

二、形象准备 俗话说：“马靠鞍妆、人靠衣妆”，也有人曾说过：“服饰左右你的成就。”服饰能够反映出一个人的文化水平、修养和气质，它是一种重要的体态语言。在应聘面试活动中，恰当的穿着本身就是一种很好的礼仪，雅致和整洁的服饰具有一种无形的魅力，它能让你在对方的“第一印象”中留下深刻的记忆。许多用人单位的负责人

认为，应聘时起决定作用的因素百分之七十源于“第一印象”，即应聘者的精神面貌与衣着打扮。这一估计是否准确还可以商榷，但至少可以肯定，应聘者的服饰对求职成功与否有重大的影响。因为不论你喜欢与否，你无法改变用人单位有可能以貌取人，凭你的外表判断你、衡量你。一个仪表优雅的人，虽然并不一定能找到工作，但如果衣着不整，举上不雅，必然影响应聘择业。因此，注重自己的衣着仪表，是应聘者不容忽视的问题。一般在社交中的服饰、打扮应遵循“TPO”原则。所谓“TPO”原则，就是服饰应当符合Time(时间)、Place(地点)、Objector(目的)的要求。面试是一种正式场合，衣着应规整得体，修饰自然有度，给人以朴实整洁、合体大方的感觉，穿着应以稳重一点为好，牛仔裤、A字裙最好少穿。男士着一套深色的西服，能给人一种干练、精明的专业化感觉；白衬衣要干净，长裤要整洁，一定不能皱巴巴；黑色皮鞋要擦亮，鞋带勿松脱，袜子太短或太浅都不适宜。此外，头发要整洁，胡须要剃干净。对于女性而言，剪裁简单的套装是面试首选，装束以朴实、庄重为好，切忌衣着过于华丽，忌太多纽扣或花边的装饰，忌珠光宝气，忌浓妆艳抹，忌太露太透的衣服，鞋跟高度要适中，化妆宜淡雅，配戴首饰要少且款式简单，尽量不要擦香水，尤其不要用味道浓郁的香水。另外，仪表装束打扮与一个人的特征和应聘职位要相称。如果你作为女性拥有一张“娃娃脸”，应选择颜色深沉的套装，以给人一种稳重的印象；如果你相貌老成，则应选择色调柔和的套装，显得充满活力，以免给考官一种跟不上时代节拍的感觉。装束、打扮还要与所谋求职位相称，一般知识阶层的服饰特点是稳重大方；白领阶层的服

饰特点是高雅名贵；企业家的服饰特点是干净利落；工薪阶层的服饰特点是得体整洁；而酒吧小姐的打扮则会让你感到艳丽可爱。

1、服饰的总要求 服饰的种类、样式、色彩千差万别，不同季节、不同地点和不同职业的人着装各不相同，因此，应聘者的服饰不能简单地认为名贵、款式新奇、色彩华丽就是好的。而是要与求职者的年龄、身份、气质和体形等条件相协调。应聘者要首先明确职业特点对职业者服饰的要求，并按这种要求来打扮自己。不同职业，对该职业的劳动者的服饰有自己的特定要求，只有当求职者的服饰符合职业要求时，才有较好的效果。反之，如果不注意这一点，片面地理解美容、着装，不考虑职业特点，一定不会给招聘单位留下深刻的印象，求职也难以成功。这样的事例在求职实践中是并不少见的。如有一位女大学毕业生应聘教师岗位，面试时她虽未浓装艳抹，但是其服饰、提包却过于新奇、艳丽，而且一进门就喷射出一股浓烈的香味，再加上言谈浮夸，终于没有被录用，招聘单位的理由是，此人不适宜当教师。

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