



2015

红领

華圖
公務員

培
优

内部培训指定教材

编著 华图教育 审定 红领培优考试研究院

面
试·高级

● 分级教学版

红领培优

缔造百分百通过率

中国社会科学出版社



华图公务员红领培优内部培训指定教材

— 2015 分级教学版 —

面试·高级

编著：华图教育 顾问：王宝平 主编：黄帅

审定：红领培优考试研究院

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

面试. 高级/华图教育编著. —北京:中国社会科学出版社, 2014. 7

华图公务员红领培优内部培训指定教材

ISBN 978-7-5161-4531-9

I. ①面… II. ①华… III. ①公务员—招聘—考试—中国—教材
IV. ①D630.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 155203 号

出 版 人 赵剑英
责任编辑 王 斌
责任校对 张 敏
责任印制 王 超

出版发行 中国社会科学出版社
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号(邮编 100720)
网 址 <http://www.csspw.com.cn>
中文域名:中国社科网 010—64070619
发 行 部 010—84083685
门 市 部 010—84029450
经 销 新华书店及其他书店

印刷装订 三河市金元印装有限公司
版 次 2014 年 7 月第 1 版
印 次 2014 年 7 月第 1 次印刷

开 本 787×1092 1/16
印 张 8.5
插 页 4
字 数 178 千字
定 价 36.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社联系调换

电话:64036155

版权所有 侵权必究

前言

Foreword

近年来,公务员考试竞争越来越激烈,各地招录公务员的测评体系也日趋完善,对于考生的要求也越来越严格。在公务员面试中更加重视考查考生的实践能力,逐步弱化对考生理论水平的考查,这也是很多考生在公务员面试中折戟的原因所在。如果说笔试是公考的“敲门砖”,那么面试就是决定顺利成“公”的关键。

面试的本质即交流,也就是通过面试的形式来加深考官对考生的印象,从而让考官了解考生、择优录取。面试的考查核心是能力,即在面试过程中让考官知晓考生所具备的公务员应该具备的职业能力,并且得到充分的认可。对此,本教材汇聚数名具有多年教学与实战经验的华图教育一线名师,结合与各地考官交流的成果和各地的最新考情考务,对公考面试课程体系进行了全方位、系统化的分级和优化,力求真正给予考生一本理论知识与实践操作兼备的面试书籍,从而提高考生的学习效率和面试水平。本教材着力于基础层面的讲解,同时穿插真题、技巧、演练,融讲、练于一体,是华图教育专家总结自身多年教学研究经验成果的精华之作。

本书具有以下特色：

特色一：理念创新，活泼细腻

本书始终贯彻创新的设计理念，讲学结合，可以使考生学习起来更加轻松，对面试概况有基本而牢固的理解；在版式上，形式活泼大方，重点难点突出，方便考生在短期内掌握面试的精髓，从而提高考生的复习效率。

特色二：设计科学，操作性强

本书以科学、实用为理念，根据考生由浅入深的认知观，进行梯度化教学。同时避免繁冗拖沓，运用最平实的语言，力图让考生在最短的时间内提高面试作答水平。

特色三：名师荟萃，全面概括

公务员面试的考查体系日趋成熟，此种背景下，华图教育教研中心对各类公务员面试题型的答题思路进行更加深入的研发，力求通过本书使考生在面试中都能做到言之有物，言之有理。

各位考生在学习本书时一定要注意学练结合。在学习公务员面试的基础理论知识之外，更要加强练习。作答时，万不能死记硬背，要注意灵活运用本书中所讲授内容，同时结合国家政策方针以及各类时事热点，多方协作，勤加练习，这样必能学有所获，快速提升。

本书由华图教育产品教研中心策划，由资深研究员、培训师和一线资深面试名师共同编著，凝聚了华图教育面试学科教研领域内研究成果的精华，在此编者对于诸位老师的无私奉献和真诚付出表示衷心感谢！也希望此书能够助广大考生一臂之力，帮助考生成功上“岸”。

古语云：“业精于勤”。个人能力想要达到质的飞跃不可能期望于短时间内发生，势必要建立在长久的点滴积累基础之上。在公考路上，华图教育始终与你同行，无论何时，华图教育都将为你提供最优质的服务！

编 者

2014年7月

目 录

C ontents

绪 论 面试备考指南	1
第一单元 专项突破	10
第二单元 专家指导	47
第三单元 热点冲刺	70
热点一:不输液遭掌掴,医患关系何以缓解?	70
热点二:廉政风暴席卷全国	73
热点三:对失职父母“亮剑”值得期待	76
热点四:邵逸夫辞世,令人想起的不只是逸夫楼	78
热点五:重庆摔婴女孩事件	82
热点六:应对恶劣天气,高速封闭措施更要人性化 ...	86
热点七:“限下班前放人”:司法岂是橡皮泥	88
热点八:火车上叫卖 Wi-Fi,该不该禁止?	91
热点九:云南香格里拉独克宗古城火灾	93

目 录

热点十：“春节相亲”“过年征婚”很烦恼！	96
热点十一：教育部公布《中小学教师违反职业道德 行为处理办法》	99
热点十二：陕西富平产科医生私卖婴儿案	103
热点十三：走了一个王林，又来了一个张大师	106
热点十四：政府采购单惊现 LV，仅仅是粗心？	109
热点十五：走了一个“气功大师”，又来了一个“治癌 大师”	112
热点十六：手术台上要价，医德何在？	115
热点十七：夺命快递	117
热点十八：雷人指标频出，反映何种政绩观？	121
热点十九：英语是否要退出高考界？	124
热点二十：重阳节慰问百岁老人照片疑似 PS	126
热点二十一：网络又添新“成语”	128



绪 论 面试备考指南

一、熟悉面试礼仪

在面试中,礼仪非常重要,因为礼仪在整个测评要素中所占的分数比例大约为 5—10 分,考生礼仪必须规范标准,才能够保证礼仪拿到满分。如果考生在礼仪这部分丢分,是非常可惜的。此外根据“首因效应”,在进入考场之后,考生的形象气质、举止仪表等外在因素直接形成考官对考生的第一印象,也就是说礼仪是否得体会影响考官对考生的整体评价,进而体现在考生的面试分数上。

有研究表明,在面试过程中,考官对考生的了解,语言交流只占了 30% 的比例,眼神交流和考生的气质、形象、身体语言占了绝大部分,所以考生在面试时不仅要注意自己的外表及谈吐,还要注意避免谈话时做出一些下意识的小动作。总而言之,考生要在考场上重视面试礼仪,塑造一个契合公务员要求的整体形象。

无论是结构化面试还是无领导小组讨论面试,礼仪都有共通之处,唯一的区别就是入场的不同:结构化面试是每个考生单独入场,而无领导小组讨论是 5—7 名考生排队入场。所以,考生只要能够按照结构化面试的形式,在无领导小组讨论面试中结合自己进场的队号,灵活调整即可。

面试公务礼仪的具体内容,包括仪表仪态与行为举止两大部分。仪表仪态,主要包括仪容、着装和仪态三部分;而行为举止,主要包括姿态、动作和流程三部分。

(一) 姿态

“行如风,站如松,坐如钟”是对人体姿态审美标准的最好概括。下面我们分别从行、站、坐三种基本姿势和手势方面来具体阐述:

1. 行姿

行姿的基本要求是“安静、稳定、合礼”。走路的形态能反映出一个人的个性、情绪及修养等,是形象礼仪的一部分。考生要想塑造良好的形象就不得不注意行姿。

正常行走姿势,应当是身体挺立、昂首挺胸、收腹直腰,两腿有节奏地向前迈步;两眼直



视前方,目光自然平静,不要左顾右盼、东张西望。具体而言,男性应步伐雄健有力,走平行线,显示潇洒豪迈;女性应步履轻捷,步伐略小,走直线,显示轻捷。

2. 站姿

站姿的基本要求包括站立端正、不应持物、双腿稍分、双腿安稳、避免散漫五个方面。

站姿所禁忌的是歪脖、斜腰、挺腹、屈腿、翘臀等。切忌双手叉腰、放进裤袋或抱在胸前;不要东倒西歪、左摇右晃、耸肩勾背;不要弯腰驼背或挺肚后仰,这样会显得拘谨、缺乏自信和经验,更重要的是有失庄重。

3. 坐姿

考生在面试考场的坐姿应注意稳重、静态、直挺和端正。考生入座时要注意稳、缓、静,动作协调柔和。尽可能坐在椅子的 $\frac{1}{3}$ 至 $\frac{1}{2}$ 处。考生入座和起座时动作要轻缓,不要过急或过猛。从椅子旁边走到椅子前入座,轻轻用手拉出椅子不要弄出大的声响,背对椅子平稳坐下。考生落座后,挺胸收腹、腰部挺起,将两臂放于考生席上。

4. 手势

考生的手势应当规范,尽量少用,不可滥用。面试答题时,考生的手势不宜多,动作不易过大,不得用手抓挠身体的任何部位,避免出现拉衣袖、抓头发、抓耳挠腮、玩饰物、揉眼睛、不停抬腕看表等动作。

(二) 动作

1. 表情

在考场上,考生的面部表情应从容、镇定、自信,目光坚定,表情自然,不慌不忙,不急不躁,体现出应有的气度与风貌。切忌僵硬死板、面无表情。

笑是面部表情的一种,它是考生在面试考场除口头表达外的另一种语言。考生从进入面试考场那一刻起,要懂得适时微笑。

2. 眼神

考生在答题时,应注意与考官的眼神交流。这一点非常重要,考生不能只关注一个考官,而“不闻不问”其他考官。用眼神与每位考官进行沟通是十分必要的,可以为高分打下基础,要以正视主考官为主,环视其他考官为辅。

(三) 流程

在面试考场流程方面,重点提醒广大考生注意以下几点:

1. 入场

如果门是关闭状态,工作人员未开门,考生应敲门,敲门的动作自然、声音清楚就好,敲门声太大或太小都不合适。得到考官“请进”的允许后,考生进入考场,并侧身双手轻轻把门关上,不要发出太大的声响;如果在无领导小组讨论中,门是关闭状态,工作人员未开门,队



伍的第一人应敲门,得到“请进”的允许后进入,同理,队伍的最后一个人要负责关门。

2. 问候

考生进入考场后,在考生席椅子侧方站定,向考官微笑问好,展现礼貌大方的形象气质。问候考官时,考生在态度上需要注意四点:主动、热情、自然及专注。考生也可用鞠躬来表达对考官的尊重,但鞠躬动作并非必须,由考生自行决定。

3. 入座

考生在未得到考官“请坐下”的允许(手势或言语)前,最好不要自行落座,这样可以体现考生的礼貌以及对考官的尊重。

考官示意“请坐下”,考生在致谢后移凳、就坐;考生致谢时要诚挚,调整座椅时避免发出刺耳声响。这一点许多考生都会忽略,应该重点注意。

4. 听题

考生在听到考官宣读面试导语开场白“恭喜你进入面试……”时,可礼貌致谢,认真倾听面试导语中关于面试试题数量及答题时间的要求。在了解本场面试的题目数量和面试时间以后,考生才能把握面试节奏,充分使用面试时间,避免出现回答超时或回答时间太短的情况。

5. 答题

考生在回答试题前先思考,大多数考场都备有纸、笔供考生罗列提纲;考生在回答问题前最好将笔放下,端正坐姿再开口。这样也可以避免考生在回答时不自觉出现的转笔、摸稿纸等小动作。

答题过程中考生应与考官有眼神交流,不要一直低头看稿纸或抬头望天花板;答题结束后考生应明确说明“回答完毕”。

6. 离场

考官或工作人员提示“面试结束,请退场”后,考生应不急不缓地起立,将座椅轻轻放归原位,向考官致谢、鞠躬后离场。但鞠躬动作并非必须,由考生自行决定。考生退场时要注意走姿,轻轻把门带关。考生退场时不得将试题与考场草稿纸、记录用笔等带出考场。

二、语言表达要求

(一) 语言表达

1. 音量

根据心理学、生理学原理,人处于兴奋状态下容易充满自信、声音洪亮,反之则相反。因此考生在答题的时候,音量适当提高半拍。声音洪亮有利于刺激潜能,让考生尽快进入状态,越说越兴奋、越说思路越开阔、越说越有激情。



当然,音量适当提高并不是让考生扯着嗓子大喊大叫,而是要考生讲究答题的声音力度,同时注意抑扬顿挫。

2. 语速

语速过慢会给人一种不流畅、不连贯的感觉,影响考官对考生语言表达能力的测评。当然也不要过快,因为语速太快思维空间小,考生更容易出现脱节卡壳的状况。这就对考生的语速提出了更高的要求,即说话掌握好节奏,不急不慌,边说边想,娓娓道来。

3. 语气语调

语气语调要有高低起伏、抑扬顿挫,最忌死水无澜、毫无变化。同时大部分考生在表达的时候语气词过多,如:啊,呢,哪,喔,啦。平时,考生在练习的时候,可以给自己录音,反复拿来听,看看自己存在哪些语气词,多加练习,逐渐改掉这些毛病。

(二) 语言规范

对于考生而言,面试的过程中一定要注意语言的规范与风格。使用公务员的语言,展示一定的理论水平,注意做到“不古不洋,不新不旧”。下面是考生存在的几种典型语言问题:

其一,古派。有的考生为显示自己的文化底蕴,故作高深,古话夹杂白话,不合时宜。

其二,洋派。有的考生为展示自己的外语水平,中文和外语混着说,如考官听不懂外语,会有讥笑考官之嫌。

其三,新潮。现在考生时髦、时尚、前卫,平时爱用网络语言,在面试时也不自觉地使用,比如“囧”“雷人”“杯具”“神马都是浮云”“白骨精”,等等。

其四,陈旧。也有个别考生观念落后、语言陈旧。如,有位考生参加乡镇公务员招考面试,他说“人民公社、生产队”等。

另外考生还要注意语序问题,勿用日常俚语或网络用语的语序,如:“给我一本书先”“我睡了先”。

名师点睛

很多考生由于平时缺乏在正式场合发表观点的机会,不会用规范化的语言表达自身的观点。因此,建议考生从备考开始就应尝试站在公务员的角度看问题,用公务员稳重、大方的语言表达观点,通过反复练习将语言风格公务员化,让自己成为一名合格的公务人员。

三、调节面试心态

在参加面试培训时,考生的备考心态如何会直接影响其学习状态。如果不能调节好自己的心态,考生在面试培训班上的学习效果会大打折扣,甚至会事倍功半。下面具体介绍一



下考生在面试培训时应该了解的心态问题,以及如何调节到最佳的学习状态。

(一)培训期间考生答题水平成长路线

一般来说,考生在进入培训班后会经历如下四个阶段:

阶段一:无意识无能力。

本阶段是考生的原始状态,未接触过结构化面试和无领导小组讨论面试的基础知识,对公务员思维缺乏认识,不了解机关工作的胜任特征与核心能力。答题过程中角色错位,作答思路缺乏逻辑,作答内容空洞无内涵。在这个阶段,考生依靠自己的原有经验、学识和原生态思维进行作答。

阶段二:有意识无能力。

本阶段是考生在深刻理解和领会公务员思维方式的基础上,思考方法产生了本质转变,能够在分析问题和解决问题时体现政府公共行政的精神。在这个阶段,考生首先完成角色转换,在内心认同的基础上,将公务员角色意识自觉融入思维体系。

阶段三:有意识有能力。

本阶段考生能够理解面试答题思路,并在答题过程中熟练运用。在这个阶段,考生能够迅速形成思路,且逻辑清晰,层次分明。

阶段四:无意识有能力。

本阶段是考生在第三阶段融会贯通的基础上,同时进行专业知识的提升和背诵,将答题思路内化为自然的行为模式,形成个性化的思维能力。在这个阶段,考生答题逻辑清晰,内容充实,亮点突出,而且具有针对性和个性化。

(二)各阶段区间的学习内容及准备

想要实现以上四个阶段之间的跨越,必须经过科学的学习和准备。那么,在面试培训的学习成长过程中,作为考生需要做好哪些准备呢?下面的表格中分别给出了各个进阶区间,培训课堂的学习内容,学习过程中可能会遇到的困难,以往培训过程中在考生身上存在的常见误区,以及想要实现水平进阶,究竟应该以何种心态接受培训,以何种方法进行学习。

阶段区间	学习内容	可能遇到的困难	常见的心理误区	正确的学习方法
阶段一至阶段二	了解面试的目的和本质,完成公务员思维转换,有意识地运用公务员立场及角度。	不能真正认同公务员立场,内心排斥,有时会产生纠结和矛盾。	抵触心理	空杯心态

续表

阶段区间	学习内容	可能遇到的困难	常见的心理误区	正确的学习方法
阶段二至阶段三	学习各类题型的基本答题思路,在充分理解的基础上,通过实战演练对模板熟练运用。	实战演练时非常紧张,导致答题时大脑一片空白,难以将思路充分消化并加以运用。	逃避心理 急切心理	求解心态 平和心态
阶段三至阶段四	学习各类题型的提升答题思路,配合学习资料,充实答题内容,去除模板,提升内涵。	对答题思路已经可以熟练掌握,但是缺乏相应的语素积累,答题过程中语言匮乏,亮点不足。	依赖心理 盲目心理	求鉴心态 阳光心态

(三)常见心理误区与正确学习方法

1. 抵触心理与空杯心态

(1)抵触心理

在学习过程中,每个人都会或多或少地遇到一些问题。这时考生往往有两种常见的心态,一种是立刻开始探讨和思索如何解决问题,另一种是习惯性地认为这个问题很难解决或者不能解决。第二种思维模式的直接表现就是学习过程中的抵触心理。

拥有第二种思维模式的考生在遇到老师传授新知识的时候,立刻会做出“这个方法不好用”的判断。

(2)空杯心态

很显然,抵触心理会妨碍学习效果及能力的增长。培训期间,我们应该以“空杯心态”投入其中,永远以一种谦虚的态度对待新知识和新方法,随时对自己拥有的知识进行重整,清空过时的知识,为新知识的进入留出空间,保证自己的知识总是最新,永远不自满,永远在学习。

2. 逃避心理与求解心态

(1)逃避心理

在以往培训过程中,有的考生经常把这些话挂在嘴边:

“老师,我从小就没自信,我觉得我不行。”

“老师,思路我都理解,但是一到自己答题时就不会了。”

“老师,我是不是面试没希望啊?”

这类考生的最大特点是:总是生活在过去阴影中,认定自己是“受害者”,因此不断地抱怨。他们会将很大的力量放在过去的问题之上,因此不能看到突破的方向。



(2) 求解心态

对于上述考生,最大的问题就是缺乏解决问题的意识和行动。在抱怨自己没有进步的时候,大家可以思考这样几个问题:

第一,既然老师讲的道理都对,自己认为答题思路也都懂,那么为什么不去通过练习进行巩固和强化呢?

第二,不愿意练习答题思路,是不能理解或是不想实践还是认为自己不能运用?

第三,其他学员会运用思路了吗?

第四,为什么别人做到了,而自己却没有进步?

每一个人应该学会独自面对问题,做出抉择,然后对自己的选择负百分之百的责任。

3. 急切心理与平和心态

(1) 急切心理

部分考生由于面试临近,心理压力较大,往往期待通过一两个小时的练习就能在答题技能上产生“质”的飞跃。

听课或练习过程中,一些考生在某一题目没答好时就灰心丧气,认为自己没有进步。

(2) 平和心态

如果我们幻想,经过几个小时的课程培训,不经过实战演练和总结,就能够快速、大幅提升考生的答题能力,这是违背学习转化规律的。学习转化必须要经过反应、犯错、尝试、顿悟等过程才能够有效转化。如果违反了这些规律,缩减过程,其结果只能是考生自身的利益受到损害。

4. 依赖心理与求鉴心态

(1) 依赖心理

典型表现:甩手掌柜

“老师,我拿到题目的时候思路有了,但是总觉得展不开,没有话说,你给点万能模板吧。”

这类考生的最大特点是:不满现状,希望改变,但问题在于他们没打算靠自己,而是试图将包袱丢给别人去背。

(2) 求鉴心态

有上述心理的考生不妨思考这样几个问题:

面试有标准答案吗?

没有答案,何谈万能模板?

如果有万能模板,背模板就行了,干吗还来参加培训?

就算真的有模板,你愿意做只会背诵模板、千篇一律的考生中的 N 分之一吗?

答案很明显,我们都不愿意与别人相同。每个人出现的问题都不尽相同,因此,适合于解决某一问题的行为,在另一种情形之下,则不一定有效。我们必须通过不断的练习与思考,总结问题和经验,找到适合自己、不同于别人的思考、解题方法,从而得到提高。

5. 盲目心理与阳光心态

(1) 盲目心理

一些考生在培训过程中一味地跟其他人进行攀比,用别人的进步作为尺度来衡量自己,甚至用老师的水平来衡量自己。其他考生的进步反而会让这些考生感到失落,他们不能容忍与自己不同的思考角度和观点,也不愿接受别人提出的意见。显然,这些考生也很难真正取得进步。

(2) 阳光心态

有盲目心理的考生在培训过程中要注意:忌一切苛求完美;忌心理恐惧;学会接纳自己正常的焦虑。

在共同学习和练习的过程中,考生要学会以开放的心态看待不同观点及意见,学习别人的长处,能够求同存异,向老师学习仅仅是一个方面,充分挖掘和发挥培训班中每个考生身上的独特优势,将会为我们带来意想不到的资源与财富。

(四) 最佳面试状态的调节

上面介绍了一些面试培训期间考生常见的心理误区,事实上考生在备考过程中出现心理问题是很正常的,毕竟这不仅是一场考试,更是决定考生职业选择和人生道路的重要环节。面对紧张、焦躁、自卑等种种心理状况,考生必须提前预知到这种心理的出现,并采取积极措施来调节自己的心态,减缓心理压力,以保证自己进入最佳面试状态。

如果有些考生由于心理承受能力不足,难以承受即将逼近的面试所造成的心理压力,而陷入过度的焦虑之中,可以尝试以下办法来缓解:

第一,积极的自我暗示,善于鼓励自己、肯定自己。

考生害怕面试,不敢面对考官,是过度否定自己能力的表现,会一直给自己消极的心理暗示,最终导致面试的失利。事实上,公务员面试的高难度对所有人来说都是一样的,谁在考场上发挥得好,谁就能取得最后的成功。因此,考生要善于采用心理暗示法,多给自己一些鼓励,对自己多一些肯定,努力发掘自己的优势和长处,始终保持积极向上的心态。

第二,利用“系统脱敏法”,消除过度焦虑。

所谓的“系统脱敏法”,在心理学上就是通过一系列步骤,按照刺激强度由弱到强,由小到大逐渐训练心理的承受力、忍耐力,增强适应力,从而达到最后对真实体验不产生“过敏”反应,保持身心的正常或接近正常状态。而在面试中,这种“系统脱敏法”的训练可分为两部分:

首先是充分的自我认识和对面试过程的详尽了解。由于对本岗位面试形式和内容的不熟悉,导致考生畏惧面试,谈“考”色变。所以考生可以在考前多了解一些面试的信息,包括面试的流程、面试形式,以及历年面试题,这些信息可以通过询问亲友、查询网络和咨询相关部门来获取。所谓“手中有粮,心中不慌”,考生们如果对面试有充分的了解,经过了高效的备考和反复的练习,在步入考场时就会更有信心。

接下来就是“情景模拟”,即考生可多在脑中设想自己面试时的情景,如何进场、如何向考官问好、如何坐下、如何听考官的指示、如何思考、如何开口回答、如何完成答题、如何离场;在面对考官严肃的目光时自己会不会紧张,如果紧张了会怎么办;在考试中会不会突然卡壳,如果真的卡壳了怎么办;如果答题时大脑一片空白怎么办、说话结结巴巴怎么办……就这样,考生一遍又一遍地“模拟”自己在考场上的表现,反复在脑中“情景模拟”,那么到了真实考场上就能降低紧张度。

第三,做好充分的准备,进行模拟面试。

在模拟面试中要找出可能存在的问题与不足,增强自己克服紧张的自信心。不懈的练习是成功的不二法则,考生只有做好充分的准备,才能胸有成竹地走上考场。

第四,调节身体状况,让身体放松。

可使用呼吸调节法、睡一个好觉、调整饮食等。考生可以在备考过程中适当增加体育运动和娱乐活动,比如散步、听音乐、和朋友聊天,这样既能提高体质、保持精神奕奕,又能愉悦身心、缓解心理压力。

以上几种方法是可通用的。但或许在以往经历中,考生无意中已形成了自己的调适方法,那最好不过。如果用一句话来概括面试前的心理调适状态,那就是:放松,放松,再放松。

名师点睛

要注意,越到临考前考生就会越紧张,这就需要考生不断调整备考节奏,不要把自己逼得太紧;要排除杂念,顺其自然,不要患得患失。比如告诉自己:“面试考场就是一个大舞台,尽量把自己最好的一面展示出来”“享受过程,正视结果”“不求尽善尽美,但求问心无愧”等,这样的话语能让考生排除心中的杂念,也在一定程度上缓解压力。

信心是通向面试成功的不二法门。通过心态调整,考生在面试考场上才能保持从容和冷静,迅速进入角色,积极配合主考官的面试方式,展现出应有的气度和稳重,最终赢得考官青睐,取得面试成功。



第一单元 专项突破

在面试过程中,考生之间的差距越来越小,当我们学会了如何利用思路去解题,如何巧妙地避开所谓的面试反培训,如何能在众多的竞争者当中脱颖而出,如何在竞争对手不相上下的环境下突出重围,成功就近在眼前了。然而,成功差一点点就是失败这就告诉我们一个道理,细节决定成败。那么在你理解了答题思路的基础上,我们关注每个面试过程中的细节,锻炼自身优势,提高自身能力,便可以一举成“公”!

一、规范表达

美国加州大学洛杉矶分校的心理学教授 Albert Mehrabian 曾经做过一个口语表达的相关研究,并且归纳出著名的“7/38/55 定律”:信息通过口语面对面传递时,语言沟通与非语言沟通是同时存在的,听者打分数的依据有 55% 是从外表、穿着、仪态、肢体语言、表情等“非语言”而来的;其次的 38% 是从说话的语调、声音的表现方式、吐字归音等“声音”而来的;而说话的内容,也就是“语言”本身只占 7%! 意思是说,如果没有搞定 55% 的非语言信息和 38% 的声音表情,说话内容就只剩 7% 的影响力。

当然,公务员面试是一种特殊的语言交流,我们要努力兼顾面试形式与面试内容,但这一研究成果也深刻表明了考生锤炼“形式”的重要性! 在这里,我们就来解决语言沟通那“38%”的声音部分,让你“声”入人心,征服考官!

美国著名语言学家多罗西·萨诺夫曾经说过“良好的谈吐离不开悦耳的声音,掌握了悦耳的声音,你就向‘妙语连珠’的境界迈出了第一步”,可见,声音悦耳是先声夺人的第一步。假如你是一名考官,面对一个音质优美、声音洪亮、情感饱满、语速适当的考生和一个声音刺耳、声若蚊蝇、语速失当、毫无起伏的考生,你会给谁打更高的分数? 不言而喻。那么怎样让自己的声音悦耳动听、“声”入人心呢? 我们可以从优化音质、控制音速、调整音量、锤炼音调四个方面入手。