

青年求职面试实用指南

晨曦 主编

职场生涯的致胜宝典



- 青年求职面试前的精心准备
- 求职面试口才的基本要求
- 面试自我介绍的口才技巧
- 面试对答的口才技巧
- 面试交谈的口才技巧
- 求职面试中的礼仪
- 求职面试口才的培养和训练

青年实用指南丛书

青年

求职面试

实用指南

晨曦 主编

中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

青年求职面试实用指南 / 晨曦主编. — 北京: 中国国际广播出版社, 2002.1

ISBN 7-5078-2088-2

I. 青… II. 晨… III. 职业选择-考试-青年读物
IV. C 913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 079293 号

青年求职面试实用指南

主 编	晨 曦
责任编辑	李晓琤
版式设计	周 迅
封面设计	启 明
出版发行	中国国际广播出版社(68036519 68033508(传真))
社 址	北京复兴门外大街 2 号(国家广电总局内) 邮编: 100866
经 销	新华书店
排 版	集好公司
印 刷	地矿部保定地质工程勘察院美术胶印厂
装 订	涿州市桃园兴华装订厂
开 本	850×1168 1/32
字 数	200 千字
印 张	8.25
印 数	5000 册
版 次	2002 年 1 月 北京第 1 版
印 次	2002 年 1 月 第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5078-2088-2 / G·888
定 价	15.00 元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究

(如果发现印装质量问题,本社负责调换)

前 言

卡耐基说：80%的成功人士靠一根舌头打天下。

面对日益饱和的人才市场，正在求职择业的大学生慨叹自己不再是昔日的“天之骄子”，那种“皇帝女儿不愁嫁”的年代已成为历史，取而代之的是日趋激烈的市场竞争。

据社会调查中心最近的调查表明：90%以上的毕业生对2001年的分配形势不感乐观，40%左右的毕业生认为形势“非常严峻”，甚至有10%的毕业生对毕业分配形势持“悲观态度”。江苏人才智力的一次交流大会，参与洽谈的有5万人次，签订协议的只有650人。

“难难难，难于上青天”。南京大学一位毕业生这样形容她求职的艰难。几乎所有高校，都有毕业生不同程度地反映，用人单位条件“太苛刻”，甚至认为用人单位“蛮不讲理”。

青年谋职困难是无可辩驳的事实，特别对面临毕业的大学生来说是一场考验，一种挑战。如何使自己在强手如林的人才市场脱颖而出，迈进理想的职业大门？一个最重要的条件是具备成功的自我推销术，靠求职面试的金口才打动考官，从而赢得就业机会。有这样一个成功的求职实例：

一位青年走进一家报社问道：

“你们需要一位好编辑吗？”言下之意自己当然就是“好编辑”，语言是这么自信。

“不。”拒绝却是那么干脆。

“那么，好记者呢？”语言还是那么自信。

“不。”拒绝还是那么干脆。

“那么，印刷工如何？”依然是坚忍不拔。



“不！我们现在什么空缺也没有了。”路全部都封死了，看来是没戏了。

可是——

“那么，你们一定需要这个东西。”这位青年从公事包里拿出一个精美的牌子，上面写着：“额满，暂不雇用。”

报社主任笑了，但也开始用一种新的眼光来审视面前这位年轻人了。最后这位年轻人被录用做报社销售部经理。

这位青年靠什么取胜？正是靠了自己自信而幽默的口才。然而过于自信，过于坦率地陈述自己的优点，往往有“王婆卖瓜”之嫌，给人以狂妄自大、骄傲自负的感觉。所以要给人以谦虚的感觉。可是过于自谦又常给人一种自卑的感觉，留下什么都不懂的印象。怎样在较短的面试时间扬长避短，成功地展示自己，这确实是一门艺术。同一问题，表达方式不同，效果迥异。良言一句三春暖，恶语伤人三九寒。一位求职者开始这样介绍自己：“我这个人，在文学创作上很有才气，一年中发表几个中篇是没问题……”这样的介绍听起来常使人感到刺耳。结果求职失败。后来在另一家单位，他换了一种表达方式，这样说：“别人说我在文学创作上很有才气，一年发表几个中篇没有问题，这是大家对我的抬举……”如此，自我突出意识就淡化多了，也减少了刺耳因素。这样假口于人的方法，就是一种成功的自我推销策略。

可是据对北京、上海、广州、武汉、长沙、大连等 29 个城市青年的问卷调查，31% 的青年口才不好，不懂得在面试中如何展示自己，要么唯唯诺诺，要么夸夸其谈。

为给正在求职的青年一个具体的指导，我们组织有关这方面的专家学者编写了这本《青年求职面试实用指南》。这本书的特点是：

一、针对性强。研究过去青年求职面试中的通病，探寻成功者的规律，紧密结合正面临求职择业者的基本情况，有的放矢。



二、实用性强。对如何进行面试前的准备，在面试中如何应对自如、应注意哪些礼仪问题等都提供了具体的策略指导。可操作性强。

三、趣味性强。从求职者中筛选了许多生动有趣的实例作为参考。读后耐人寻味，发人深思。

因此本书不但在你求职时给你以直接具体的指导，而且在你其后与人的交往中也是一位用得着的顾问和益友。

尊敬的读者，让这本书走上你的案头，作为你走向成功的铺路石子，作为你搏击长空的双翼吧！

目 录

前 言

第一章 凡事预则立

——青年求职面试前的精心准备

一、眼观六路，耳听八方

——面试前的职业信息收集 (1)

◎ 1. 了解自己的气质修养，准确定位 (3)

◎ 2. 求职的信息准备 (10)

二、去除胆怯，上足自信的发条

——面试前的心理准备 (14)

◎ 1. 保持积极的心理状态 (14)

◎ 2. 克服消极的心理状态 (17)

三、展现你的宝贵资源

——面试前文字材料的准备 (24)

◎ 1. 求职信的准备 (24)



- ◎ 2. 履历表的准备 (30)
- ◎ 3. 申请表的填写 (36)
- ◎ 4. 其他个人材料的准备 (39)

第二章 口上之才有奥妙

——求职面试口才的基本要求

一、出口即成章

——面试口语的基本特征 (40)

- ◎ 1. 说话是“用嘴写作” (40)
- ◎ 2. 让每一句话都能打动对方 (41)

二、有章可循，口才不是玄说

——面试口语的语言标准 (42)

- ◎ 1. 委婉含蓄 (42)
- ◎ 2. 留有余地 (43)
- ◎ 3. 惜话如金 (45)
- ◎ 4. 顿挫适度 (46)
- ◎ 5. 声色并茂 (48)
- ◎ 6. 情真辞切 (49)
- ◎ 7. 幽默诙谐 (50)



三、使你的声音富有磁性

——面试时的声音要求 (55)

四、烧好第一把火

——面试应聘词的口语表达 (57)

- ◎ 1. 应聘词内容的基本要点 (57)
- ◎ 2. 应聘词口语表达的基本要求 (57)

五、精心包装你的语言

——面试口才的较高要求 (58)

- ◎ 1. 一语破的，正中主旨 (58)
- ◎ 2. 记牢身份，应变自如 (59)
- ◎ 3. 抓住要害，有的放矢 (60)
- ◎ 4. 避虚就实，展示才干 (61)
- ◎ 5. 绵里藏针，柔中有刚 (62)
- ◎ 6. 摆正身份，礼貌争辩 (63)
- ◎ 7. 有的放矢，切中要害 (65)
- ◎ 8. 敏感话题，机敏巧答 (68)
- ◎ 9. 假戏真做，进入角色 (69)



第三章 一鸣惊人有技巧

——面试自我介绍的口才技巧

一、到什么山上唱什么歌

——自我介绍的场合 (72)

- ◎ 1. 在没有人为你介绍的时候 (72)
- ◎ 2. 在招聘者为你简单介绍之后 (73)

二、从容不迫，放松情绪

——自我介绍的基本要求 (74)

- ◎ 1. 从容不迫 (74)
- ◎ 2. 放松情绪 (74)
- ◎ 3. 主动热情 (75)
- ◎ 4. 清晰简洁 (75)
- ◎ 5. 惜时如金 (76)
- ◎ 6. 准确自评 (76)

三、先声夺人，出场赢得满堂彩

——自我介绍的基本技巧 (77)

- ◎ 1. 彬彬有礼 (78)
- ◎ 2. 主题明确 (79)
- ◎ 3. 引起共鸣 (80)

- ⊙ 4. 让事实讲话 (80)
- ⊙ 5. 愉快自信 (82)
- ⊙ 6. 好戏放在后头 (82)
- ⊙ 7. 烘托气氛 (84)
- ⊙ 8. 为自己留条后路 (84)

四、看客吃饭，量体裁衣

- 不同场合的面试中的自我介绍 (85)

五、一语道破天机

- 作自我介绍要抓住重点 (86)

六、切莫作茧自缚

- 自我介绍中的禁忌 (88)
- ⊙ 1. 忌“我”字连篇 (88)
- ⊙ 2. 忌不着边际 (89)
- ⊙ 3. 忌得意忘形 (90)
- ⊙ 4. 忌故意卖弄 (90)
- ⊙ 5. 忌语言空泛。 (91)

七、借鉴他山之石

- 自我介绍案例及其评析 (92)

第四章 机巧善变，灵活应对

——面试对答的口才技巧

一、奇思妙语，诚然对答

——面试中普通问题的应对口才 (97)

◎ 1. 普通问题对答技巧 (98)

◎ 2. 普通问题对答范例 (99)

二、冷静机智，巧破难关

——面试中棘手问题的应对口才 (114)

◎ 1. 棘手问题的对答技巧 (114)

◎ 2. 棘手问题对答范例 (117)

三、面试中可能问及的 100 个问题 (128)

四、不要大意失荆州

——面试对答口才十忌 (132)

第五章 挥洒自如，巧妙答问

——面试交谈的口才技巧

一、应付冷场

- 没话找话有学问..... 136

二、用心倾听藏玄机 138

- ◎ 1. 做一个“忠实听众” 138
- ◎ 2. 倾听四要诀..... 139

三、巧妙答问显智慧 141

- ◎ 1. 答问的准确性 141
- ◎ 2. 答问的得体性 142
- ◎ 3. 答问的诚实性 142
- ◎ 4. 答问的应变性 143
- ◎ 5. 答问的策略性 143
- ◎ 6. 答问的针对性 144

四、金蝉脱壳

- 转移话题的技巧..... 145

- ◎ 1. 反问式转移话题 146
- ◎ 2. 岔开式转移话题 146
- ◎ 3. 假言式转移话题 147

- ◎ 4. 诙谐式转移话题 147

五、谨防触雷

——面试交谈的4个误区 148

- ◎ 1. 以自我为中心 148
- ◎ 2. 围着障碍话题绕圈子 149
- ◎ 3. 不注意自身的职业形象 153
- ◎ 4. 惊慌失措, 应变不足 156

六、成功者如是说

——几种职位面试交谈实例 157

- ◎ 1. 应聘银行职员面试交谈案例 157
- ◎ 2. 应聘宾馆职员面试交谈案例 162
- ◎ 3. 应聘秘书面试交谈案例 165

第六章 巧于包装, 注意礼仪

——求职面试中的礼仪

一、注重面试的仪表

——使你的考官“一见钟情” 167

- ◎ 1. 注意仪容 169
- ◎ 2. 注意仪态 172
- ◎ 3. 正确运用体态语 176

④ 4. 服饰宜庄重	185
------------------	-----

二、谈笑有鸿儒

——讲究面试的礼节	191
④ 1. 见面的礼节	192
④ 2. 交谈的礼节	196

第七章 欲善其事，先利其器

——求职面试口才的培养和训练

一、口才并非天生，训练可成大师	207
-----------------------	-----

二、德、才、学、识

——撑起口才大厦的四个支柱	209
④ 1. 德是口才的灵魂	210
④ 2. “识”是口才的方向	210
④ 3. 才是口才的核心	211
④ 4. 学是口才的基础	212

三、充实你自己

——面试口才的知识积累	213
④ 1. 知识积累的意义	213
④ 2. 知识积累的作用	219



- ◎ 3. 知识积累的途径 224

四、练就一颗“铁石心”

——面试心理素质的培养与训练 230

- ◎ 1. 人在开始往往都会有紧张心理 231
- ◎ 2. 克服自卑，树立必胜的信心 232

五、语不惊人誓不休

——语言表达能力的培养与训练 237

- ◎ 1. 声音的训练 237
- ◎ 2. 口语综合训练 244

第一章

凡事预则立 ——青年求职面试前的精心准备

兵书上说，不打无准备之战。“知彼知己，百战不殆。”巴斯德也曾说：机遇总是降临到那些做好准备的人身上。因此，要把握机遇，要在面试中立于不败之地，就需充分做好面试前的准备工作。

一、眼观六路，耳听八方 ——面试前的职业信息收集

如同商品市场离不开信息一样，人才市场也离不开信息。求职者若不掌握人才市场的行情、人才需求的信息，即便是一只金凤凰，只怕也难适时准确地觅到一株梧桐树。不知道什么地方需要人，往往是求职者普遍感到困惑的问题。许多人还不知道到哪里去了解职业信息，不知道怎样去了解职业信息。我们所处的时代被称为信息的时代，的确如此，在我们的周围充满了各种各样的信息，只要你留意，就不难发现择业的机会，一个人只有掌握了大量的职业信息，才有可能把握住机会，实现自己的价值。信息就是机会，捕捉住准确的信息就意味着成功了一半。如果一个