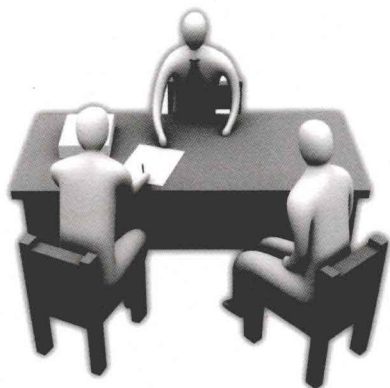


无论愿不愿意、准备好没有，我们已经置身于一场史无前例的就业浪潮中。

如果说求职的成败决定一个人的事业前途，
那么面试正是成功求职的关键。
所有面试的人都渴望尽快找到一个通向职场的入口，
本书就是你强而有力的敲门砖。



M^{XUE}IANSHI

文天行◎编著

面试学

三分靠能力 七分靠技巧

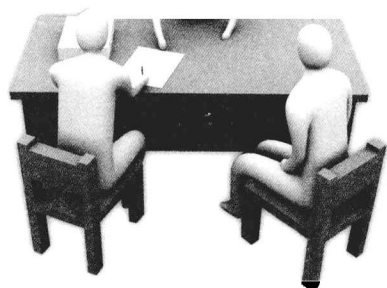
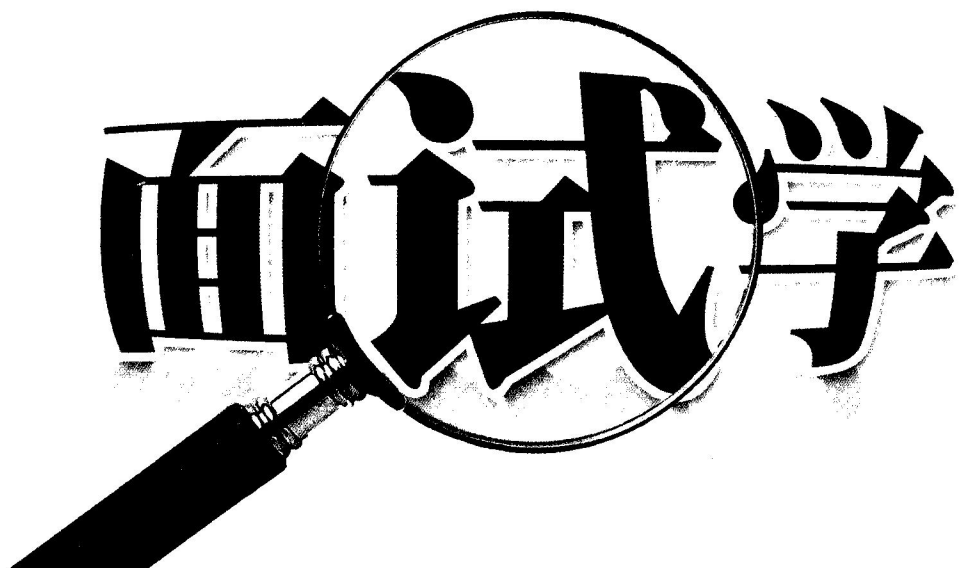
所有面试人必备的枕边书

最实用的面试宝典 最全面的经验解读

中国华侨出版社

最实用的面试宝典 最全面的经验解读

X U E 文天行◎编著
MIANSHI



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

面试学：三分靠能力，七分靠技巧 / 文天行编著.

—北京：中国华侨出版社，2011.4

ISBN 978-7-5113-1251-8

I. ①面… II. ①文… III. ①职业选择—基本知识

IV. ①C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 025406 号

● 面试学

编 著 / 文天行

责任编辑 / 文 心

责任校对 / 吕栋梁

装帧设计 / 天下书装

经 销 / 新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 印张 / 17.5 字数 / 226 千字

印 刷 / 北京忠信诚胶印厂

版 次 / 2011 年 4 月第 1 版 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1251-8

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层

邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051 传真：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

Preface 前言

近十年来,随着各大高校的不断扩招,每年都有大量的应届毕业生走上求职的道路,然而我国产业的发展与高校毕业生的激增似乎还没有很好地对接,表面的“人才过剩”现象由此出现,大量的应届毕业生求职受挫,“毕业即失业”成为了一种常态。越来越多的大学生无法给自己准确地定位,在待业中苦苦挣扎。

而另外一部分顺利找到工作的大学毕业生也并不幸运,他们虽然找到了工作,但是由于刚毕业时的迷茫,很多的工作和自己的愿望并不相符。因此,他们在工作一段时间之后,开始陷入职业停滞期,不得不离职,再次加入求职大军之中。短短的工作经历并不能为这些毕业生的求职带来很多的益处,他们依然要面临求职的困境。这两股力量使得求职市场始终处于旺季,“就业难”成为广大大学生心中无法磨灭的痛。

十几年的寒窗苦读为的就是在毕业的时候能够找到一份体面的、收入好的工作,然而现实的情况让不少大学生心寒。不仅仅是三流大学的毕业生,就是那些重点高校的大学生,高考时候的“状元”、“榜眼”和“探花”们也失去了刚考上大学时的光彩。大学生们个个都迫切希望能够冲破求职的障碍,获得一份满意的工作,为自己的人生打开另外一扇门,不再在人生的转折点上徘徊。那么,除了客观的求职环境无法改变以外,处在“待业”中的大学生们是否可以通过其他

技巧来提高求职的成功率呢？

制作简历、投递简历，更重要的是面试的成功是获得工作之前必须要做的事情，这三个步骤看似简单，却都暗藏玄机。在这每一个环节当中都有很多需要求职者注意的地方，那正是玄机所在，也是求职制胜的所在。如果你能够在那些关键的问题上不出差错的话，那么在同等的条件下，你必然会成为受用人单位青睐的人，必然能够成为率先谋求到满意职位的人。

但是对于没有任何求职经验的大学生来说，这些玄机真的玄奥难测，因为他们根本不知道这其中到底包含着什么样的秘密。所以，他们需要过来人的指点。职业顾问是一个很好的选择，但是成本太高。对于大学生来说，最好的办法就是通过借鉴他人的求职经历来准备自己的求职。

本书针对制作简历、投递简历和面试三方面的内容，进行了详细解读。用事实向您讲述其中的玄机所在。如何制作一份优秀的简历，在第一时间赢得 HR 的眼球，从而获得面试的机会；如何投递简历，才能让您的简历成为有效简历；当您接到面试通知的时候，该做哪些准备；在面试的过程中需要注意什么问题；怎样与面试官进行对话；怎样才能获得面试官的好感；应届毕业生该怎样对待求职问题……这些求职者最关心的问题都在本书中有所呈现。

机会总是给有准备的人的。不要让自己的求职再盲目下去，不要让自己再在“待业”的痛苦中挣扎下去。阅读本书，让您的求职不再盲目，让您的求职建立在充足的准备之上。相信它可以帮助正处在迷茫时期的您重新找回求职的自信。

当然，求职的过程是千变万化的，本书所总结的内容只是一般的规律，并不能完全生搬硬套在您的每一场面试之中。所以，本书所能提供给您的只是一个参考。您在阅读本书的时候，要善于思考，善于总结，掌握适合自己的求职的方法和思路，这样本书的价值才能够得到体现，您的求职之路才会更加畅通。

Contents 目录

第一章

让简历帮你争取面试的机会 /1

简历就是门面，能否获得面试的机会，关键就看你的简历是否能给 HR 们留下一个深刻的印象。所以，学会制作一份让 HR 们喜欢的简历至关重要。为了不让自己的简历石沉大海，我们还必须选择恰当的简历投递方式。那么什么样的简历才是最受 HR 们欢迎的，怎样投递简历才能提高面试的成功率呢？在简历制作中又有哪些需要我们注意的问题呢？

1. 不要考验 HR 的耐心 /2
2. 你的简历能体现出你的核心优势吗 /4
3. 简历最不可缺的内容：用人单位最关心什么 /7
4. 你忽略了网络简历的个性化吗 /9
5. 如何在简历中淡化你的职业“空白” /12
6. 你是弱势求职者吗 /15
7. 优秀的简历也会被“毙”的 n 种理由 /17
8. 你是“海投族”吗 /20
9. 你选择的求职时机是不是最有利 /23
10. 用 E-mail 发送简历要懂的基本规则 /25

第二章

有备而来，你只有一次机会 /29

面试是一个不容有任何差错的过程，因为我们只有一次机会，一旦错过，就永远找不回来。所以当我们如愿以偿地获得面试机会的时候，一定要做好充足的准备，让自己以最佳的状态和最完美的表现赢得面试官的赏识，最终获得工作机会。古人说：“凡事预则立，不预则废。”面试之前，做好精心的准备，为面试成功加力吧。

1. 为男士赢得机会的面试着装 /30
2. 为女士增加幸运指数的面试着装 /32
3. 千万不要穿露脚趾头的鞋子 /35
4. 不要让你身上的味道成为焦点 /38
5. 学着给自己化一个合适得体的面试妆吧 /40
6. 了解一些你所选行业和单位的有关信息 /44
7. 根据简历预测面试问题 /47
8. 检查要带的物品是否齐全 /50
9. 心理准备要做好、做足 /53
10. 面试前，先正确定位 /56

第三章

面试礼仪，别在细节上失分 /59

礼仪是个人修养的重要体现，它虽不在面试的内容之中，却对面试结果有重要的影响。一个人如果在面试中有失礼之处，首先就会给面试官留下一个非常差的印象，这将大大降低面试官对你的好感，即使在面试中表现良好，也会因为“首因效应”而难以赢得面试官的青睐。所以，面试之前，我们有必要了解面试中

需要注意的礼仪。

1. 别气喘吁吁地到达面试考场 /60
2. 不要主动握手 /63
3. 面试官未示意，不要主动坐下 /66
4. 面试应避免的负面肢体动作 /69
5. 注意眼神的运用 /72
6. 善始善终，面试结束之礼 /75
7. 面试后，你可曾写过感谢信 /77
8. 电话面试时需要注意的事项 /80

第四章

摸透面试官的心理，让面试不再被动 /83

面试看起来是一个被动的过程，因为作为求职者，我们必须接受来自面试官的询问和考察，主动权则完全掌握在面试官的手中。然而事实上，我们却可以通过摸透面试官的心理，收回部分主动权。每个面试官都有各自不同的性格、特征和爱好，这决定了他们在面试中会采用不同的手段。只要我们能够掌握这些，就能够以有效的方式来应对，获得面试官的赏识。

1. 面试官的心理特征 /84
2. 判断面试官的性格 /87
3. 注意面试官的态度和表情 /89
4. 面试官常用的4把“刷子” /93
5. 识破面试官激将法的真实意图 /95
6. 要听出面试官的潜台词 /98
7. 根据提问，判断面试官的个性和好恶 /101
8. 察言观色，轻松搞定10种“难缠”的面试官 /104

第五章

如何在 15 分钟内让面试官喜欢上你 /109

面试能否成功，决定权在面试官的手中，所以，在面试中，采取一些有效的手段获取面试官的好感是一种必要的面试技巧。只要我们能够在短时间内获得面试官的好感，就可以大大提高我们面试成功的可能性。

1. 找到面试官的兴趣点，并恰当迎合 /110
2. 趁机赞美，打破初次见面的尴尬 /113
3. 面试官喜欢的是你正确有效的倾听 /115
4. 绝对不能问面试官自己投的是什么职位 /119
5. 面试中你要闭紧嘴巴的话题 /121
6. 5 种面试最难成功的人 /124
7. 面试中不能有的 8 种说话方式和态度 /127

第六章

关键时刻，如何秀出自己，脱颖而出 /131

才华是决定一个人能否面试成功的重要因素，却不是唯一的因素。在面试同一个职位的时候，有同等才华，或者是比我们更优秀的人并非不存在。然而，只要我们能够在面试中秀出自己，让自己脱颖而出，就可以超越他人，取得最终的成功。有才华不一定能面试成功，能够在面试中秀出自己的才华的人才能成功。

1. 有自信心是面试成功的关键 /132
2. 精心设计面试开头 5 分钟 /135
3. 摸准职位的信息和需求，出奇制胜 /138
4. 面试时暗藏玄机的自我介绍 /141

5. “本色面试”秀出最好的自己 /144
6. 人人都有不足，关键要走“差异化”道路 /147
7. 木讷的人面试时如何脱颖而出 /150
8. 面试最该秀的7种能力 /153
9. 扬长避短：面试的成功之道 /156
10. 掌握技巧，在“群面”中脱颖而出 /159

第七章

什么失误会让面试官决定淘汰你 /163

面试关乎自己的职业生涯，因此，我们每个人都试图让自己在面试中表现得完美，进而获得心仪的职位。然而，正是这种急功近利的心态，往往会造成我们在面试中出现失误。我们心中所设想的“完美”对于面试官来说未必就是完美，我们认为理所应当的举动在面试官看来却是不该有的举动。所以，在面试中，我们一定要杜绝那些会让我们被淘汰的失误出现。

1. 撒谎和弄虚作假，后果很严重 /164
2. 没有诚意，公司凭什么录用你 /166
3. 八字没一撇就谈薪水，遭人反感 /169
4. 别与面试官过分“套近乎” /172
5. 面试时表现得“太能干”，不容易被聘用 /174
6. “作秀”过度，适得其反 /178
7. 面试中要避免“学生气” /180
8. 过分谦虚是缺乏自信的表现 /183
9. 巧妙应对面试中的尴尬时刻 /185

第八章

当你遭遇刁钻的面试官 /189

在面试中，面试官为了全面地考察我们是否能够胜任工作，往往会在面试的过程中故意“刁难”我们。面对这样刁钻的面试官，如果我们应对不善，就会马上被淘汰。所以，我们应该了解那些刁钻的面试官通常会选择的“刁难”方法，只有这样才可以在面试中从容应对。

1. 面试官最爱设的 5 个圈套 /190
2. 面试官最刁钻的 8 种问题 /193
3. 如何描述你的离职原因最恰当 /196
4. 当面试官问“能谈谈你的缺点吗” /199
5. 如何适当表达被裁经历 /202
6. 面试中遇到偏题要巧妙处理 /205
7. 面试中你能做到随机应变吗 /208
8. 求职者可反问面试官的几个漂亮问题 /211
9. 避开陷阱，从压力面试中胜出 /213

第九章

外企面试没有你想象的那么可怕 /217

对于许多求职者来说，外企是梦寐以求的理想工作场所，也是实现自己职业理想的最好的平台。然而，外企却并不是那么容易进去的，想要进入外企，我们首先要让自己具备进入外企工作的能力。除此之外，外企招聘与国企和私企还有所不同，我们必须有所了解，才能够有的放矢，顺利实现进入外企工作的目标。

1. 你具备进入外企的素质吗 /218
2. 外企面试法宝：了解外国文化很重要 /220

3. 你知道宝洁的经典“8道题”吗 /223
4. 世界名企青睐什么样的人才 /225
5. 如何有效地通过外企的外语口试 /228
6. 外企招聘程序揭秘 /231
7. 走出外企求职的误区 /234

第十章

给应届毕业生的9条面试忠告 /237

应届毕业生是求职大军中的弱势群体，除了本身固有的工作经验欠缺等客观原因以外，求职市场对于应届毕业生的某些偏见，也是造成应届毕业生求职难的重要原因。所以，作为应届毕业生应该主动去了解如何才能对应届毕业生求职难，如何才能突破求职的瓶颈，让自己顺利实现就业。

1. 缺乏工作经验，如何打动面试官 /238
2. 面试怯场怎么办 /241
3. 不要急于推销自己 /244
4. 真实的你比完美更重要 /247
5. “面霸”要当，万不可过分 /250
6. 对应聘的单位不可要求太苛刻 /252
7. “拒无霸”要学会反思失败的教训 /255
8. 被动等待不如主动出击 /258
9. 遭遇性别歧视怎么办 /262

第一章

求职面试



XUE MIANSHI

让简历帮你争取面试的机会

简历就是门面，能否获得面试的机会，关键就看你的简历是否能给 HR 们留下一个深刻的印象。所以，学会制作一份让 HR 们喜欢的简历至关重要。为了不让自己的简历石沉大海，我们还必须选择恰当的简历投递方式。那么什么样的简历才是最受 HR 们欢迎的，怎样投递简历才能提高面试的成功率呢？在简历制作中又有哪些需要我们注意的问题呢？



1. 不要考验 HR 的耐心

一位有多年工作经验的 HR 说：“每场招聘会下来，都会收到几百上千份简历，而我们在整个招聘过程中，顶多会拿出一天时间筛选简历，很多时候是用半天。第一轮筛选过程很快，每份简历我们只看几个关键词，一般 10 至 20 秒就会看完一份简历，有时候简历看完了，连这个人是男是女都不知道。对于我们来说，如果一个应聘者能过了初选关，面试也就不远了。”

所谓简历，最重要的就是这个“简”字。记住，HR 没有多少时间来仔细阅读你的简历，别考验他的耐心。你厚厚的求职小册子只会让忙得晕头转向的他找不到重点，而产生厌烦心理，随手扔到垃圾桶里。

文莉是新闻传播学院毕业的，在大学期间，她多次在多家新闻单位实习，这让她在制作简历的时候有了丰富的资料，结果文莉的简历看起来像一本书一样。在她的简历中，除了个人信息、实习经历以及获奖情况以外，还有她在多家报社实习期间所发表的作品。

文莉之所以把这些东西都放进简历里，是因为她认为简历的内容越丰富越能够证明自己的能力。然而，这份如此“厚实”的简历却没能给她带来想要的结果，一直等了两周的时间，文莉也没有等来一个面试的通知。

无论我们有过多少值得骄傲的成绩、有多少不同寻常的经历，在简历中也不能全都罗列出来。HR 们在短暂的时间内，如果不能从我们的

简历中看到他想要的内容，那么我们的简历就等于是白费。简历制作得过于冗长，会让人有不知所云的感觉，阅读者如堕云里雾里，难以从中找到我们想要表达的内容。

造成简历冗长的原因主要有以下几方面：

1. 过多的个人信息

个人信息很重要，但是也不能过于详细。对于 HR 们来说，他们需要知道的仅仅是你的姓名、性别、年龄以及联系方式等。身高、体重等涉及个人隐私的问题已经属于可有可无的信息了，那些把政治面貌、社会关系等无关紧要的信息放上去的简历就更加不可取了。当然，有些有特殊要求的职业除外。

2. 过多的自我评价

自我评价是个人对自己的一个客观的分析，不需要太长，只需要用简短的语言进行描述就好了。一些人在制作简历的时候，往往会根据申请职位的需求，在自我评价一栏中给自己做出不切实际的评价，甚至佐以证据。事实上，自我评价本身并没有太大的意义，企业会根据自己对事实的理解来评价一个应聘者的潜力。如果把大量的笔墨放在这上面，无疑是本末倒置。

3. 与申请无关的内容

一些大学生喜欢在制作简历的时候，将自己大学时候的课程和成绩罗列在简历上，以此来证明自己非常适合申请的职位。然而这么做完全是多此一举。每一个专业的学生所开设的课程都是一样的，HR 们对此有一个基本的理解，不需要我们来赘述。罗列成绩就更加可笑了：在大学时的奖惩情况，已经足以说明问题，无需在此重复。

4. 空洞的内容

很多内容空洞无物，不需要放在简历之中。比如说，在技能一栏中，很多人会将熟练使用 office 写进简历当中，事实上，熟练使用 of-



face 几乎是每个人都必备的技能，无需在简历中做特别的说明。

还有一些人非常注重自己的实习经历和工作经验，所以，在这一栏中，很多人不仅会将自己的所有工作经历都放进去，还会详细地将自己的工作岗位、工作内容以及工作成绩写出来。事实上，一份优良的简历，最多需要三次实习或工作经历，在顺序安排上，应将离现在最近的工作经历排在前面。过多地罗列自己的工作经历会让人觉得你是一个不稳定的人。

5. 过多的教育经历

一些人在学历中将自己从小学到大学的所有经历都写出来，这完全是没有必要的。在学历教育方面，只需要将自己接受的最高学历罗列出来即可。当然，如果你是研究生毕业，也可以将自己的本科教育写上。至于受过的一些技能培训课程，如果和所申请的职位有关的话，可以适当加上，其他的就没有必要放在上面。

简历就是简单地介绍自己的经历。为了让 HR 们在有限的十几秒钟的时间内大致了解我们，我们必须尽量缩短简历。通常情况下，一份好的简历都是控制在一页半以内的，大致包含以下六个内容：求职意向、基本信息、学业成绩描述、社会实践、校园工作经历以及其他一些简短的有关个人特点的信息，如兴趣爱好、职业发展规划等。

2. 你的简历能体现出你的核心优势吗

能否在简历中体现自己的核心优势关系到是否可以获得面试机会。一份可以体现出核心优势的简历可以给人留下深刻的印象，否则你的简历将会湮没在众多的简历中，被随手丢进垃圾桶。

小丽从家乡辞职来到了上海。本以为凭借着自己 4 年的商务助理工

作经验可以顺利地找到一份好工作，然而，几十份简历投出去之后，没有任何回应。小丽有点儿坐不住了，她找到职业顾问，请她帮自己看看自己的简历到底出了什么问题。

小丽的简历足足有七八页，除了简历正文的两页以外，剩下的全部是五花八门的证书复印件。在正文里除了她的个人信息以外，剩下的都是一些空空洞洞的东西。这样的简历让招聘者抓不住重点，也看不出来她到底有什么优势；五花八门的证书，反而让人感觉她缺乏专业知识。

简历是求职者的门面。在没有见到求职者本人之前，招聘者只能通过简历来了解求职者，所以，在简历中我们一定要将自己的优势体现出来，只有这样，才能给招聘者留下印象，从而获得面试的机会。那么，在简历的制作过程中该如何突出自己的核心优势呢？

一些求职者出于想让招聘者全面了解自己的目的，往往会在简历中将自己的全部信息都罗列上去。然而，这种“全面”的简历却不是招聘者所需要的，因为他们根本没有时间看完简历。即使他们有时间、能看完，对于我们这种流水账式的简历也不会有任何印象，因为他们难以从中提取有效的信息。当我们过分地在简历中凸显自己能干的时候，往往把自己的优势也掩盖住了。所以，要制作有所偏重地突出自己优势的简历，能够让招聘者在第一时间对我们产生好感。

陈晓宇如今在一家国有银行里上班。当年他在求职的时候就非常顺利地接到了面试通知，这都是他的简历的功劳。在制作简历的时候，陈晓宇借鉴了很多同学的简历，发现很多同学的简历都比较繁琐。他认为这样的简历并不好，于是在制作自己的简历时，只弄了两张纸：在第一页上，他将自己的姓名、专业、通讯方式以及照片放了上去，在其余的部分，陈晓宇没有事无巨细地全都写上，而是重点突出了自己的创造能