

2023年面试心得体会总结 面试心得体会(优秀10篇)

心得体会是个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

面试心得体会总结篇一

本人有幸参加了今年某事业单位的面试。成绩还算理想。

从今年二月份开始准备公考，在这过程中qzzn给了很大的帮助，这篇心得就当做是回报给论坛与各位，也希望这论坛能继续保持这么好的环境，不断为我们的梦想提供前进的动力。

只是些心得，想到哪就写到哪，面试在即，就只写关于面试的。

福州事业单位的面试一般只有三道题。现场配有纸笔，题目写在另外纸上。礼毕坐下后会有一段欢迎词。时间一共15分钟，其中思考五分钟，五分钟后考官提示思考时间到，考生开始答题。剩余十分钟就是你发挥的时间了。当答题到八分钟时，计时人员会提醒考生只剩下两分钟，时间定要好好把握。随后进入评分环节。

评分是各考官现场打分，当场给出你的成绩，得到成绩后就可以从另一个通道离开考场了。

至于面试的准备阶段，现在大家肯定已复习到中途了，写一堆复习方法来打破大家原有的复习规划反而不太好，我把自己的思路和框架简要提点下，给各位权当做个参考吧。

我的面试的准备过程分为三个次第。

第一次第。吃透现成的模板。

吃透模板的标准是所有题目拿到手，一定会有话讲。都能滔滔不绝，一套套的回答出来。这时候你会觉得，原来面试不过如此嘛，所有的题都归于六大题型中，万变不离模板，如是而已！达到第一次第，恭喜你，面试至少不会低分了，75~78之间，不出意外会有！

但要明白，模板是基础的基础。这意味着每个面试的考生只要有准备，或多或少他一定能达到这程度。想高分，不可能。若遇到高手，变数横生。

二次第。打破模板。积累。

复习到一定程度，只要多听多看就会发觉一个问题：例如有十道组织类型的题，一种套路就可以解决了，那出题的意义在哪？那答题的过程一定没有特点，是机械的，没有灵魂而干瘪的。久了自己都听不下去，何况那些耳朵长茧考官呢。反思的过程大部分人都会又失去信心，被打回原形，只能和开始支支吾吾的答题了。

出现瓶颈，这一定是好事，因为进阶，就要开始了。

这时候我的解决建议是研究真题。其钻研的重心在于挑错和寻找题眼。

研究真题是为了保证题目质量。

挑错是分析参考答案。寻题眼是对题目下手。角度不同。

挑错是指挑所谓标准答案的错。类似1000题真解的辅导书，一定是用几套模板来制作参考答案的，是模板一定有他的局

限性。这时候就把辅导书当作负面教材，在整体上挑出它的僵化点，在句子上划出模板严重的句子，提高自己的识别能力。

寻找题眼其实就是找踩分点。面试题有可以套用模板的地方，必定也有不能套用模板的地方，后者很有可能是出题者预留的坑，是最大的踩分点。答得好，考官就会留下答题精准，有自己的想法的好印象。所以要做的就是寻找每题的题眼，分析题眼，解决题眼。这个，其实就是猴哥申论里“审题要审到骨髓里”的观点了。

做好这两方面，层次和眼界必然有提高。

这个阶段没有硬性的标准，若要有的话，就是高屋建瓴般的信心与矫捷的思维了。

要注意的是，打破套路最大的风险在于时间。在这个阶段你的思路还不稳定，答题会不流利，如果时间上刚好撞上面试时间，就危险了。所以一定要对时间有个合理的计划。

三次第。稳定。自信。

有了第二阶段的思考与积累，第三阶段需要做得就是稳定。因为自信与正常发挥必须从稳定中来。稳定就是要稳住自己的思路，状态，答题技巧。用最稳定的状态去面对考官，考官就能从举止中读到你的沉稳、大气与自信。

这阶段我的方法是重构套路，建立属于自己的套路体系。从矛盾的观点上三个步骤就是从矛盾的普遍性到矛盾的特殊性，最后再回到普遍性的过程。

对于套路，我以为，研究他人的套路终究是模仿，是不变的，是死的，是第一次第。而能研究出自己套路的人，才必不会拘泥于自己的套路，这才是活的，才是第三次第的内涵。

我个人是把所有的题型横向分成了十二大类。每一类又有细分。每一种题型都有对应的答题思路和步骤，为了应对题目的细微变形，每种题型在局部又可以有几种解决方案。具体就不罗列了。

纵向上，答题大体可分为起笔、展开、宏开、收尾四个部分。每一部分要有不同的酝酿和分析方案。例如起笔的要点在于一针见血点破题眼。展开则侧重分析与逻辑思辨，宏开的关键是宏观高度、微观深入、举例论证。收尾一般后结合自身或升华主题，做到精炼不重复。

这样横向上考题万变不离其宗，势必手到擒来之感。纵向上层次分明，会让你气势澎湃。自然就会产生坚固的自信了。三者俱全，高分定不在话下了。

自信不是向外求，而是到一定程度自然而然的有。

难度的问题。正常情况下，据说事业单位考题会偏容易些，都是些棱角分明基础题，但上次的面试题印象中都挺灵活，尤其最后题题目上还设陷阱，如果按照组织类的步骤回答，多半要偏题（个人觉得），所以我只是想说难度这东西没有个标准，别因为是事业单位面试就掉以轻心了，准备充分些一定没错。

考题方面。因为规定是不能透露考生相关信息以及报考岗位信息，否则按违纪处理。所以正常情况下公务员局统一组织的面试是不会涉及到专业知识的。但有种情况下就不好说了，那就是用人单位组织的面试。这个可以去打听下就知道了。

培训方面。最好找几个好的老师一对一的辅导几次，次之去找培训机构。再不也可以上yy或者和过来人请教下。定不能自己一个人盲干。培训的目的应该是开拓眼界，对自己的层次有个横纵向的对比与把握，别出现井底之蛙的现象就差不多了，绝对不能依赖某老师或培训班。毕竟培训大体走的都

是模板速成的路，共性的培训是很难达到个性的升华的。

其他渠道方面。我只想说，好好准备才是王道。只要你有半点走后门的寄托，你必定无法全身心的投入复习中。一个是虚一个是实，自己衡量下就知道了。与其寄托于别人，不如把成功拽在自己的手上来得实在。

大体上就是这样。本还想把上次面试的答题过程写一下供各位参考，但无奈时隔两月题目已记不全，谁能记得当时的三道题？总之只要能按如上的次第复习下来，基本上有啥问题了。

面试心得体会总结篇二

1，一定要自信，可以来到面试，就已经说明了你很有实力，哪怕你是最后一名参加面试的，你也要表现得比谁都牛，在老师面前应该表现得特自信，但千万不要过，表现成自满了。

2，面试时不要过于浮夸，该说时候说，不该说时千万不要抢着说。我们考的是药学的研究生，不是考社会活动家！！

3，对于老师的提问要准确回答，不要不懂装懂。你才本科毕业，很多你都不懂的，不要显的自己什么都知道，结果一说就错很多。不清楚的就说不清楚，说声不好意思，导师不会怪你的！

4，面试前看看你老师是做什么的，打个电话给老师问问可能的出题方向，会有一定帮助的

5，平时多提高的专业素养，脚踏实地，成功就会属于你的。从上班以后就忙个不停，一直都没有时间来自己的blog上逛逛，研究生面试心得体会。要不就是好不容易有个想法，结果因为网络的关系，辛苦半天的东西就在一瞬间就消失了，

更加没有动力和精神来写写东西。看看老萌经常更新她的blog[]我真是有点汗颜啊!

其实，在工作这段时间里，自己还是有了很多的看法，也体验了很多的经历，但是确实很难概括地表述。不过今天的体会和感慨确实很深，或许这与我的经历以及心理系老师的独特视角有关。说实话，我到现在为止，一直都没有正式参加面试，即使有，我也无法清楚彻底地了解考官提问的目的，更很难从他对我回答的满意度以及他想从中获取什么信息。今天，有幸参加了这个心理系的研究生面试，在众多硕导的提问和学生的回答中我确实体会到面试的目的和意义。因为，我一直作为被面试的对象，根本无法体会在这其中能有多大的作用，尤其紧张更阻碍了我对这些问题的理解和判断。而这点，我在今天就有深刻的体会了，身份的转变使我更深入地了解问题的含义以及学生回答的稳妥。之后，导师的讨论更让我理解到他们在选择的侧重和判断。尤其是作为心理学的老师，他们能发现很多更为细微和隐藏的信息，从话语表达和肢体语言。当然，每个导师的个性特点也决定了他们所关注侧重的表现，但总的来说还是相通的。首先，学生的学习能力。除了书面表示的一些成绩和学校的背景外，还有就是对知识构建、触类旁通的能力。这点肯定是导师最为关心的，因为研究生和本科生的教育模式有根本的区别。其次，学生的个性特点。在肯定能力的基础上，导师更会考虑学生的性格特点。因为，在研究生阶段有很多不同方向，这些都需要不同特质的人来完成，或者说更能胜任。第三，学生现场表现的闪光点。因为，很多人面试都是短短几分钟的接触，如何能给人以深刻的印象，这个就尤为重要了。呵呵，这个只是个人在面试后的体会，不过对我来说确实是受益匪浅的。

面试心得体会总结篇三

通过笔试，面试的准备不可少，只有多多益善。未雨绸缪，才能有备无患。考生在得知进入面试名单后，应该购买有关面试的书籍来阅读学习。书不在多，一本则行，当然要选择

质量高的。也可以下载一款面试软件。最好是那种包含了面试教材、历年真题、模拟试题以及考生经验的软件，十分受用。相信思想交流所收获的是双倍的思想，并不会有所损失。

一、要具备良好的心态

有句话说的好：“要相信相信的力量。”我们发现在我们辅导班平时的训练中，有些同学答题不是很好，但考试的时候却能成功上岸。他们分享经验的时候，总结了重要的一条，就是心态放平稳，相信自己，永远不要放弃，不管自己是第一名还是最后一名。更要相信付出就有回报，我们一定可以通过面试，就算这次不成功，那下次一定可以，下次不可以，下下次一定能行。只有心态放平了，才不会太计较得失，才不会在面试的时候给自己太大的压力。因为压力太大，自己就会紧张，紧张很可能导致失败。所以上考场之前，一定要有一个平稳的心态：得之坦然，失之淡然，顺其自然。上考场时更要告诉自己，受过训练和没受过训练的学生之间是有差别的，自己系统学习和练习了那么久，已经具备了超越别人的资本。就算碰到难题，也不能垂头丧气，因为要难大家一起难，这个时候要做的就是迅速判断题型，回忆老师讲过的这种题型的思路，然后总结语言，展示给考官。虽然可能我们答的不是很完美，但比起其他考生，我们仍然能拿高分。所以，良好的心态是面试致胜的法宝。

二、突破自己，克服紧张

很多同学上考场后，因为对考试场景的不熟悉，平时也很少在众人面前发言，所以当看到对面一排考官的时候，瞬间心里无比紧张，答题的时候紧张到拿着笔的手是抖的，声音是颤的。这样肯定会影响自己最后的面试成绩。所以我们必须在平时就要多进行脱敏训练，克服自己的紧张。一方面在辅导班学习的时候，要多在课堂上主动回答问题，要尽可能在全班同学面前去发言，如自我介绍、讲述自己的经历、唱歌等；在公众场合，只要有表现机会，就要去表现自己、挑战自

己，如可以尝试在人多的地方放声歌唱如餐厅、公园、广场等。另一方面，平时训练的时候可以进行全真模拟，模拟我们考试时的场景，把每一次训练都当成考试来练习。只要经过多次这样的脱敏训练，我们的紧张感就会消失，因为紧张最主要就是源于对陌生环境的不熟悉。

三、善于总结，答题个性化

参加公务员面试的很多同学都进行过相关的理论学习，有通过看书学习的，有通过参加辅导班学习的，但是大家都存在一个共同的问题，就是模式化痕迹较重，而我们的考官又反映模式化痕迹较重的一般得不了高分。那么如何克服模式化呢？这就需要我们在学习中要善于总结，答题个性化。我们要学会把书本上的或者老师教的知识，变成自己的东西。用更形象的话来说，老师教授理论是让考生从“手中无剑”到“手中有剑”，反复的全真模拟则是让考生从“手中有剑”到“手中无剑”，而反复的总结则是让考生从“手中有剑”到“手中无剑，心中有剑”。要答出个性化特点就要把有形之“剑”变成无形之“剑”。总之，面试没有标准答案，只要言之有理就行。所以对于面试理论，我们一定要理解，一定要消化，不能死记硬背，要用自己的语言去答题，这样才可以做到个性化，去除模式化的痕迹。

公务员面试要想取得成功，除了掌握基本的理论之外，还要具备良好的心态、面对突发状况的应变能力以及答题的灵活性。

面试心得体会总结篇四

无论你在学校的成绩怎么样好，还是你在学校当了一系列的班干部多么的威风也好，还是你平时都是默默无闻的平凡的过着你自己有情调的生活也好，在面试的时候，你们都是同一起点。不过，经过不同经历的人，说话和思维方式都不一定相同。在我看来，面试最重要是自己当时对自己的自信。

当然你有你独特的才华，你才会自信！不过，还有一点就是选择一个合适自己的岗位也是比较重要的。

今天如果我要去面试的话，那么我会先洗个澡，穿着自己感觉非常良好的衣服，带着我的简历及证书去面试。面试的时候一定要做好准备。面试前的准备，简历，面试的地点，面试时间，着装和自己仪表。

在面试的时候，我列出了一下的几点的注意点：

第一，面试的时候，简历该注意点：除了基本信息是应该填的，在自我评价这一栏中写得真实点，对自己以后的规划和未来策划都相应的写上。简历填岗位的时候，一定要写明你的意向工作性质和工作部门。不要写2个一点都关联没有的工作岗位，比如：我填了销售部门，又填了人力资源的行政工作。这样就不太好，销售一般需要外向，善于言辞的人，而行政则是偏向细心型。

第二，面试的时候，说话一定要注意：第一点，不要答非所问。一些问题你可以稍稍做个转弯去回答。比如：你有男朋友吗？你对失恋是怎么看的？如果这个问题，你并不是很想回答，直接可以这样说，我在工作的时候不会带上自己情绪去做事情。其实，这样也不好，正面回答他的问题，不会觉得你不正直。

面试的时候，面试官提出“你有什么业余爱好？”

1、业余爱好能在一定程度上反映应聘者的性格、观念、心态，这是招聘单位问该问题的主要原因。

2、不要说自己没有业余爱好。

3、不要说自己有那些庸俗的、令人感觉不好的爱好。

4、不要说自己仅限于读书、听音乐、上网，否则可能令面试官怀疑应聘者性格孤僻。

5、能有一些户外的业余爱好来“点缀”你的形象。

第三，面试的时候，一定要准时到达你们所约的地点。一旦和用人单位约好面试时间后，一定要提前5—10分钟到达面试地点，以表示求职者的诚意，给对方以信任感，同时也可调整自己的心态，作一些简单的仪表准备，以免仓促上阵，手忙脚乱。为了做到这一点，一定要牢记面试的时间地点，有条件的同学能提前去一趟，以免因一时找不到地方或途中延误而迟到。如果迟到了，肯定会给招聘者留下不好的印象，甚至会丧失面试的机会。还有一点，如果遇到意外的话，立即电话告诉相应单位。这样不会耽误他人工作时间。

第四，面试的时候，一定要保持微笑和轻松的气氛，展示自己就是招聘单位所需的人才。当你面试非常紧张的时候，你可能会说错话。保持微笑，让招聘者觉得你很亲切，很容易接近，可以很快的融入企业文化或者说的俗点就是很快可以跟公司同事很快的沟通。也渐渐的说明了，你的性格和人际交际。

以上就是我的面试心得体会。就我面试后总结一下，我自己的问题。

面试心得体会总结篇五

毕业多年，一直处于打酱油的状态，今年省考侥幸进面，成绩不是很靠前，面试一直是我的短板，对我来说为了提高面试成绩，面试辅导班是必要的，当然这个是因人而异，笔试的时候我是报的公道的辅导班，进入面试当然首先想到的也是公道面试班。通过这次面试有收获也有教训，经验谈不上，总的来说面试我认为要注意以下几点：

第一，面试一定要有大量的练习，拿到一道面试题目，每个人或多或少总是能谈出几个观点，有的人觉得面试也就这么回事，点我都能找到，面试不在话下。一开始我也有这种感觉，但是当我第一次答题的时候我一句话都答不出来，心里只有几个关键词，没有一个完整的句子，这是因为平时没有积累，组织不出合适的语言，只有通过大量的练习才能够丰富自己的内容，充实自己的语言，同时可以让自己在短的时间内明确的表达出自己的观点。

第二，要有逻辑性，每位考官都要面试大量的考生，我所在的考场一场面试接近四十人，考官要一动不动的坐在那里听考生答题四五个小时，这是一个非常煎熬的过程，很难保证每位考官都能注意力集中的从头听到尾，并且从你的答题内容中提炼出你的观点，这就要求我们在答题的时候注意答题的逻辑性，把观点清楚的摆出来，让考官能够更容易的提取出来，不漏听答题点，才能够提高分数。

第三，临场很关键。不管平时进行多少的练习，都是为了面试的几分钟，面试的临场发挥直接影响面试成绩。面试头一天可以把自己整理的资料和素材在理一遍，然后晚上早点休息不要熬夜，养足精神应对第二天的面试。进入候考室后，或多或少都会感到紧张，不要太在意，自己紧张对手也会紧张，大家都是一样的心态，在候考室可以闭目养神，也可以把自己的打字逻辑再捋一遍，目的是让自己进入考试状态同时平静心态。进入思考室后，题目一般要读两遍，避免漏掉一些题目的要求，比如要结合自身经验、结合实际等，一定要注意，不要漏掉。从思考室到面试室往往有一段的路程，这段路程也可以利用起来把答题逻辑再理一遍，让自己的答题内容有清晰的层次关系。进入面试室后，不管自己对面试的题目有没有理解透彻，答题内容是不是充实，都要表现的从容淡定，大声的把自己想到的内容表达出来。

最后我想说的是面试想要成功离不开持之以恒的努力，面试和笔试不同，面试需要长时间高强度的练习，这段时间往往

非常煎熬，如果有人陪伴练习是最好的。我在练习的过程中就是有许多小伙伴一起，既可以互相鼓励也可以指出不足。感谢公道教育针对我的特点帮我选择了适合我的老师，同时也十分感谢王煜老师在我面试准备过程中的悉心指导，对我的问题不厌其烦的进行解答，解决了我的很多疑惑，让我对面试有了更清晰的认识，帮助我顺利通过面试。

面试心得体会总结篇六

礼仪，是中华传统文化的精髓。不论是还是远古时代还是当代社会的交际活动都离不开礼仪，人类越是进步，社会生活越是社会化，人们也就越需要礼仪来调节社会生活。礼仪是人际交往的前提条件，而能否把握好求职面试礼仪是决定我们能否进入职场的重要条件，特别是对与当代初出茅庐的大学生来说，起着越发重要的作用。求职面试礼仪是求职者在求职过程中所表现出的礼貌的行为与仪表形态规范。针对大学生求职面试礼仪，提出将面试礼仪分为三个方面即知、行、态。知是指知识，包括专业知识和企业知识；行是指行为，包括衣着、言谈、举止；态是指心态，包括守时、自信。并将知、行、态三方面细化为从简历的书写、仪容、仪表、仪态、言谈、神情举止等方面对面试过程中应该具备的礼仪修养进行了阐述与讨论，以指导大学生求职面试工作，从而取得面试的成功，获得理想的职位。

关键字当代大学生求职，面试礼仪

一面试前的准备工作要充分

有句话说的好“机会总是留给那些有准备的人”所以面试前的准备也是至关重要的。首先，面试前，给自己一个准确定位，自己要找什么样的工作，切记盲目。其次，根据自己定位需要，了解一定的知识，比如回顾以前的专业知识，查询相关知识，如果在面试之前已经知道了面试公司的类型，我们可以提前通过网络等多种渠道了解公司的基本情况，若能

在该面试中适当运用，就会间接地表达你对该职位的热爱和做事的认真细心，以增大求职成功的机率，最后充分准备求职材料。这不仅给自己的求职加分也是对所应聘的公司的一种尊重。

二求职面试基本礼仪

(一) 认真正确对待求职简历

1. 求职简历要“简”而“实”

个人简历是一种书面的自我介绍,应尽量提供自己最优秀的一面,但诚信是为人之本,也是企业用人是很看重的一个特质,因此简历中绝不能出现弄虚作假,必须实事求是所以书写个人简历时要简练,有重点,篇幅不宜过长,一般不超过两页纸,简历一般应包含以下内容:姓名、性别、年龄、住址、电话□e-mail;求学经历,曾经获得的学位证书及各种资格认证;进修教育情况,学过哪些课程;参加各项活动所取得的成绩及所获奖励情况等一些比较重要而有价值的内容。一般内容简练,清晰,易懂的简历更为受招聘经理的喜欢。

2. 求职简历要突出“经历”

应聘公司非常关注求职者的经历,从经历中可以看出求职者的能力,经验和发展潜力。因此,在写简历的时候,要着重强调你学过什么,懂得什么,做过什么,有什么方面的特长和优点。也就是说你的学习经历和工作经历。其中,你的近期工作经历一定要写出,否则会引起用人单位对你的不信任。

3. 求职简历要突出所应聘的“职位”信息

招聘经历之所以关注求职者的经历,主要是为了了解求职者是否适合或者是否能够胜任这份职业。因此,求职者在写简历的时候,无论是经历还是能力,都一定要围绕所应聘的职

位来写。

(二) 良好的时间观念

对于面试者来说，时间观念是非常重要的。如今的社会，最不缺少的就是人才。一旦错过了面试的时间，那么就意味着你已经与这家公司失之交臂了，即便你才华横溢，学识渊博也无济于事。对于公司来说，一定的规章制度是必需的，也是一个公司能否做强做大的外部条件。其中，良好的时间观念是员工必须所具备的。公司也会更倾向于那些恪守时间观念的职员。一个没有时间观念的人不会得到别人的尊重和认可。

一般来说，提前10-15分钟到达是最佳的选择，但不可以提早的进入办公室等候，因为考官可能临时手头有事而不方便。在这提前到达的十几分钟里，求职者可以坐在等候室或休息室，也可以熟悉一下周边的环境，调整一下自己的心态，以最佳的状态进行面试。提前半小时以上到的会被认为没有一定的时间观念。面试中匆匆忙忙赶到或者是直接迟到是最忌讳的行为，直接影响到考官对你的印象以及面试的结果。

(三) 基本礼貌

第一印象不仅在社会交往中具有重要影响，在求职面试时同样具有重要影响。

加拿大心理学家的一项研究发现，第一印象具有持久性。也就是说，第一印象所形成的认识将持久的主导人们对待另一人或事物的看法，即便人们在后来的交往中对此人或事物有了新的认识，第一印象所产生的看法依然不会消失。所以求职者在面试时一定要基本的礼貌，提高考官的第一印象，从而增强考官对考生的好感与认同感，使面试更顺利的进行。

1. 敲门礼仪

进入房间前，需要先敲门。敲门时应用右手食指或者中指弯曲后敲门，不要用多个手指或手背手掌用力拍门。一般应敲三下，力度大小要适中。敲门后要等待考官应答，如没有应答，应等待3秒后再次敲门。进门后，应随手关门，关门声音不能太大。

2. 打招呼，握手

面试时打招呼要注意，一般对年轻女性称呼为小姐，对年长一些的可以称为女士；对于男性，可称其为先生。

面试时，见到考官不要以及主动握手，通常由对方对方先伸手后面试者才伸出手。握手时间不宜太长，一般在1-3秒左右。

3. 告别

面试尾声，要表示与考官的交谈让你受益颇深。告别时可以考官再次握手，但是注意握手时的一些礼节。

(四) 服装与妆容

1. 男生面试：

1) 发型：整齐，不要过长，不要油头粉面。

2) 可以戴近视眼镜，但不能戴墨镜或很潮流的眼镜，要注重端庄。

3) 衣服要干净整洁，最好穿端庄的西服，不要穿太过休闲随意的衣服，尤其是

破牛仔裤等。西服里面衬衫的颜色不要太过鲜艳，质量要稍微好一点。皮鞋要擦亮，最好穿较新的皮鞋。切记，尽管没有必要穿高档次的衣服，但是服装的质地要精良，穿着要整齐大方，但不要从头到尾都是名牌，会给人一种不吃苦耐劳

的感觉。

2. 女生面试：

1) 发型：以端庄，典雅，大方为主，最好是把头发盘起来，不染发，头发保持健康，清爽，干净的状态。

2) 着装：最好穿职业套装或者是职业套裙，其中裙子长度要适中，不宜过短。

不能穿太紧或太过性感暴露的衣服，太过可爱的装扮也不合适。鞋子最好穿黑色的中，高跟鞋，鞋跟的高度不宜太高，不能露脚趾，不能穿平底鞋或大头鞋等。

3) 指甲不要涂颜色，注意指甲的长度，指甲不宜太长。饰品不要戴太多，不能

戴过分夸张的饰品。妆容的要清淡，不要浓妆艳抹，切记不要出现残妆，否则自毁形象。可以适当喷洒一些香水，但是香水的味道不宜过浓，清淡即可。

面试心得体会总结篇七

为了更好的适应社会，毕业后顺利找到工作，我们人力资源管理实训课进行了一场仿真版的面试。此次活动意义重大，让我们感触颇深，真正的把理论和实践完美的结合了。我相信在场的每一位同学都有很多的感触。

模拟面试开展前全班同学组建了6个公司，由每个公司的总经理担任面试官的角色，应聘者由每个公司派出2名，想体验的同学当然也可以去尝试。面试前，大家准备的都很充分，查了很多相关的资料，制作了个人简历。我也不例外，通过网络途径查阅了一些面试礼仪、面试技巧、让面试失败的十个坏习惯，以及一些面试回答。网上资料非常丰富，学到了不

少的建议和方法。如面试礼仪中男生给人的感觉要很利索、协调；面对不同面试人员保持良好心态；学会区分不同的问题，有些问题没有正确答案，只要能自圆其说就行；面试要注意答所问，紧跟面试官思路，保持高度集中；回答条理简明、不要啰嗦。试官们忙的也不亦乐乎，他们在黑板上写上了自己公司的招聘广告。

面试开始了，首先迎来的第一位面试者，她很有礼貌的和各位面试官及在场的各位同学互相问候了一下。花了大概一分中的时间作了一个简短的自我介绍。语气语速都恰到好处，但免不了还是有一点点的小紧张。在各位面试官百般刁难的题目下，她回答的都非常的从容。显然，她在面试前已经做了充分的准备。总体上讲，表现的是非常的不错。

接下来的各位面试者表现的都非常的优秀。百优之间还是不可避免的留下了一些不足。不知道为什么每个人都有那么点小紧张。说实话，如果站在台上的那个人是我的话，我同样一定会有紧张。为了克服紧张和怯场，我们就必须多多的上台锻炼。

- 1、介绍内容要与个人简历相一致。
- 2、表述方式上尽量口语话。
- 3、要切中要害，不谈无关、无用的内容。
- 4、条理清晰，层次分明。
- 5、事先以文字的形式写好背熟。回答要点：10秒钟简单说说个人资料即可。用一分钟左右时间介绍你以前从事的工作和所获得的经验。再用一分钟左右的时间描述你以前的工作经验对应聘的这份职位来说有哪些帮助。

“仁者见仁，智者见智”，每个人都有自己的见解。但我们

必须从做过的每一件事情里总结经验为己所用。

面试心得体会总结篇八

第一，对自己的未来，对事业真的要有一个规划，有自己的打算。选一个自己喜欢的工作，喜欢的行业，扎扎实实的沉下来，从每一小步，每一个细节学起，没有人能够一步登天，珍珠都需要经历最初磨练的过程，虽然这个过程非常的痛苦。这段时间有很多朋友过来面试，五六年前从事的工作和现在要应聘的几乎是一摸一样，而且中间也是频繁的跳槽，但职位永远不变，这对自己真的是极不负责的表现。

第二，原来的单位无法给予的，换了新的地方也未必能实现。有些朋友过来面试，问到原来离开的原因，有些是因为工作太累，有些是因为觉得没有发展的空间。但是到了新的地方，也许会面临同样的问题，有时候机会是要自己去争取的，现实中没有那么多的伯乐，即使你是千里马，你也要展示你能行千里的能力，别人才能发现，所以，奉劝一些朋友不要太怨天尤人，这山望那山高，其实每一份工作都会有开心的和不开心的，有时候逃避也解决不了问题，还不如去勇敢去面对，也许跨过去了就是另一番景象。

第三，面试最好能对你要面试的单位和岗位能有个大概的了解，特别是当你已经被通知到复试的时候，你去网上搜一搜，或者通过其他渠道了解一下，或者你自己有些对这个公司好的创意和建议，相信在面试里面是大大加分的，我们这次面试有些就是初试的时候感觉人还挺可以的，但复试的时候问到这些问题的时候，几乎无言以对，或者是乱说一通，让人不禁觉得这个人对这份工作起码不够重视，不够用心，只能扼腕叹息。

第四，很多年轻的朋友刚出校园的时候，也许会从事很多很多的工作，也许只有一两个月的时间，在简历上最好不要写得太多，挑些跟应聘的单位工作经验相类似的就好了，一个

可以让面试官觉得你也曾经有过这方面的工作经历，另一方面写的工作太多会让面试官觉得这个人的心太浮躁，不能稳定下来，毕竟现在很多公司培养人都不容易，都想找稳定一些的人。这对刚出社会的朋友应该还是比较有用的。

第五，还是大学生的，从我们那个时候开始，大学就一直在扩招，到现在可以说大学生几乎遍地都是了，不是说大学生就不值钱了，只是让大家心态放平和一些，天之骄子的时代过去了，大学生也可以从基层做起的，其实如果真的能踏踏实实的在一个公司做下来，真的是有能力，有发展潜力的，几年后独当一面也不一定。所以说还是要找到自己喜欢的方向，努力的朝着自己的方向去奋斗。

面试心得体会总结篇九

张尔弩，这个名字在经常上的家长和学员圈子中并不陌生，它经常出现在各种杯赛的获奖名单中，如今，张尔弩即将成为人大附中的一名初中新生。此次参加“大手拉小手”活动，他带来了自己的学习经验和小升初经验来和学弟学妹们分享。

在讲台上，他毫无保留地分享了他学习奥数的若干条经验，同时，关于小升初，他有很多话说。

重视每一次考试，比拼综合实力

在小升初的问题上，张尔弩和妈妈是目标一致而想法有分歧的。张尔弩说，他很了解小升初的信息，很多考试等消息他会从同学那里收集，妈妈并不知道。而妈妈说她并不想让孩子知道太多关于小升初的东西，家长很多事情不会跟孩子说，他只要负责认真学习和考试就可以。

也正是因此，也许张尔弩并不知道妈妈也曾经有过为他的小升初焦急茫然的时候，她的解决办法就是给的老师打电话，王伟老师给过她很多建议。同时，今年收集的简历顺利分送

目标校，对她帮助很大，使张尔弩获得了不少考试的机会。

于是□20xx年，张尔弩参加各种竞赛之外，就征战在小升初各个重点中学的考场上，先后参加了多所学校的10余次考试，并都被录取。谈到被录取的经验，张尔弩说：“要重视每一次考试！”各个重点中学在挑选学生的过程中，会看各种竞赛的成绩，同时，自己组织的考试权重也会占很大。

面试绝招：把面试官当成哥们来聊天

在顺利通过某顶尖中学的笔试之后，该校校长约张尔弩面试。就是这次面试，让张尔弩在众多的竞争对手中脱颖而出。面对自己理想中学的校长，很多孩子会很紧张，拘束。而张尔弩不同，他说：“我把面试官当成哥们来聊天，他问的问题，我心里怎么想的就怎么说，不用刻意准备，那样反倒会效果不理想。”

话虽然这么说，但是张尔弩还是有自己的一些小技巧的：

1. 充分利用自己开朗乐观的性格特点，谈吐幽默，想法特立独行，给面试官留下深刻印象。
2. 缓和紧张气氛，拉近与主考官之间的距离，使谈话轻松自然。
3. 在敏感问题上打太极。当面试官问道：“假如你同时考上了两所重点中学，你会选择哪所学校？”张尔弩的回答是：“我希望周一到周三上午在一所上，周三下午到周五在另一所上。”考官对于如此聪明的回答赞赏地一笑。

进步就是每一方面都比原来稍长。

张尔弩认为，要做到比别人优秀并不难，只要每一部分都多努力一点，比别人做到稍长，那整体就会比别人优秀了。同

时，对于自己也是一样，只要每一方面都比自己原来稍长，那就是进步。

在的班上，张尔弩也是很独特的，他对于其他同学争抢的荣誉——小印章并不感兴趣，他更关心知识本身。如果学到了新东西那要比得到10个小印章还要高兴。他说：“我喜欢坐在教室的最后一排中间位置，这样，我可以一览全局看到老师的整个课堂，而不是只盯着黑板上的解题步骤。同时，我又有自己的空间，可以不被强烈干预着进行其它步骤，自己去思考。”

这样一个独立而有思想的孩子，在找到了自己想要的课堂。“我喜欢的教学模式，它分层次就很好，当我觉得在精英班吃不饱的时候，我就上竞赛班，这样，我一直跟与我水平差不多的同学一起学习，这样的学习氛围让我感觉很快乐。同时，教给了我数学思维，无论初中校考什么样的题，都万变不离其宗，用我是数学思维一想，很快就解决了。”

面试心得体会总结篇十

对于音乐专业的应试者来说试讲是最重要的环节，拿到课题之后一定要看好它是欣赏课还是教唱歌，两种课有不同的教学流程和方法。开始我抽到的课题是五年级下册《绿叶对根的情意》，这是欣赏课，可我当时没注意，加上没有教学经验，就把它上成了教唱歌，上得很吃力而且效果还不是很好。像这样的欣赏课很能体现教师的综合能力，以及教师对音乐新教材改革的理解的。教师在课上主要是引导学生的发散思维，由绿叶对根的情意可以发散到对父母之爱、朋友之爱、祖国之爱等。这让我体会到，新时代了，音乐教师的思想也要与时俱进，像我们小的时候音乐教师那种教课方式已经不能适应现在的发展了，那时候就是单纯地教一首歌，不利于学生创新能力的培养。建议以后想考音乐教师的应试者多看看音乐新教程改革。对于应届毕业生来说教课的经验还是太欠缺了。

然后是考视唱，这是在意料之外的，这里居然没考钢琴伴奏，而考的是视唱，两条谱子，五线谱，一个是降b调，一个是g调。应变能力很重要，因为突然面对这样的考题我就没有应变好。下来考官会有提问：简单介绍一下自己。（后来我才知道每个应试者被问的问题都是一样的）

考完这些之后就是特长展示，这没什么好说的，有什么展示什么就行了。我展示了三项，自我感觉还好。我觉得还是试讲重要，因为特长展示大家都是有备而来，而试讲的话只是在之前有一个小时准备时间，还是有一些教学经验比较好，至少要懂一些音乐教学方法。此外临场发挥能力和应变能力也很重要。试讲是对评委讲的，没有学生，第一次面对这样的场合，我还是颇为紧张的，因为经验太少。这次自己的收获是：还得加油。