

精心打造举止仪表

在面试过程中，考生的一举一动考官都尽收“眼底”。答题内容固然重要，但外在的仪容仪表和行为举止决定了考生在考官心中的第一印象，而良好的第一印象能为接下来的答题助力。所以举止仪表不容忽视。

一、着装打扮要得体

面试着装要求为正装，多数男生首选可能是一身黑套装，白衬衫、黑皮鞋；多数女生首选则是深色套装、白衬衫、黑色高跟鞋。面试现场，站成一排，男生像保险经理，女生像酒店礼仪，很难凸显出个人气质。

面试着装该如何搭配？季节适宜、颜色搭配、大小合体、干净整洁是关键。

（1）季节适宜：秋冬季节，考生可穿西装套装，戴领带，颜色可厚重一些；春秋季节，男考生可不穿西装外套，只穿衬衫，不穿外套时不打领带，女考生可穿套裙或连衣裙，整体颜色可活泼、鲜亮一些。

（2）颜色搭配：整体衣服颜色最好不要超过三种；衣服颜色不要太高调、艳丽；纯色衣服应为首选。

（3）大小合体：考生在选择衣服的时候，一定要亲身去试，选择合体的衣服；如果因为身材特殊，可量身定做或者成衣后续剪裁，让自己穿着舒服、得体。

（4）干净整洁：面试前夕，可将衣服洗净、熨烫，保持干净，不留褶皱。

敲黑板，考生着装切勿刻意追求成熟，季节适宜、颜色搭配适宜、大小合体、干净整洁才是重点。

二、举止礼仪要大方

由于紧张，一些考生整个面试过程像机器人一样，从敲门、鞠躬、到入座、答题、离场，既定流程一个不漏，但身体却特别僵硬，特别刻板，这种表现很难给考官留下好印象。

考生要如何打破僵硬，自然、大方、得体地展示自我呢？

1.敲门：入场前是否敲门，考生可依据实际情况作出判断，灵活反应。如果引导员带领考生直接入场，考生则跟随其后入场即可，无需敲门；如果考生自己入场，考场门是打开的，考生则轻轻敲门示意，得到考官许可后入场；如果考场门紧闭，考生则需礼貌敲门，得到考官的许可后入场。

2.入场：有考生调侃从门口到考生席的距离，是世界上最遥远的距离。由于紧张，心里打鼓是先迈左脚，还是先出右脚？走路刻板、僵硬，甚至有考生出现顺拐，将其心里的紧张、害怕暴露无遗。考生一定要克服紧张情绪，入场前深呼吸，给自己打气，做到从容自信、面带微笑入场。

3.鞠躬：考生入场后，为表达对考官的尊敬，可通过鞠躬展现。但表达敬意的方式很多，如面带微笑、点头示意等都可以。所以鞠躬，并非是考试既定流程，考生可根据自身习惯、喜好进行调整。如果考生选择鞠躬，则要诚心诚意，幅度恰当、目光真诚，不可敷衍了事。

4.坐姿、手势：入座后，考生可快速调整座椅与桌子的距离，让自己处于最舒服的状态。至于手该怎么摆放，是平铺？还是虎口交叉，还是十指交叉？考生无需纠结，根据个人习惯得体、舒服就好。需要提醒的是，考生要注意控制自己的手势，不要手舞足蹈，以免给考官展现不稳重的印象。

划重点，自然、得体、自信、大方、灵活就是我们获得考官好感的关键。