

面试准备

1 信息准备

基本信息

面试形式

单面

HR面试

胜任力匹配

相处

职业稳定性

专业面试

专业技能

领导偏好

群面

半结构化群面

无领导小组讨论

半结构化面试流程

自我介绍

礼貌开场

提出卖点/佐证

其他亮点

职业目标

提问

STAR法讲述

缺点类/五年后目标类回答技巧

反问互动

开放式提问

不提显而易见问题

尊重面试官时间

视频面试

形象

场所

设备

2 心态准备

为什么紧张

准备不足

能力不够

被judge

别无他选

自信的重要性

自我效能感

应对技巧

练习practice makes perfect

价值回溯 remember your value

视觉化 visualizing

力量之姿 power pose

自我对话 self-talk

人际认知原理

信任透视镜

权力透视镜

自我透视镜

3 印象管理

声音的运用技巧

音域

音色

韵律

语速

音量