

求职者在求职过程中表现出的礼仪水平，不仅反映出他的人品和修养，而且还会直接影响最终决定结果。在求职中，一个仪表出众、懂得礼仪的人，更能得心应手，也较别人有更大的成功机会。因此，越来越多的有识之士重视面试礼仪。本文将从仪容、服饰、举止、言谈四个方面来谈谈大学生在求职时应注意的礼仪。

一、面试仪容礼仪

1. 仪容整洁

要保持面部的清洁。面试前要注意面部、头发、手部的清洁，选择合适的发型，并要保持口腔清洁和口气清新。男生应养成每天修面剃须的良好习惯，注意修剪鼻毛，不可胡子拉碴，邋里邋遢。作为女学生，最好化淡妆，简单的化妆可以使自己增添信心，而且也是一种对自己和对他人尊重。将面部稍做修饰，做到清新、淡雅，使人显得精神、干练即可；化妆也要遵守礼仪，另外，面试时最好不要使用香水，特别是过浓的香水。另外，还要注意身体异味的问题，勤洗澡，不抽烟，面试前不吃大蒜等有强烈异味的东西，以免口气有异味。

面试时，发型要端庄、典雅、大方，避免太另类。同时还应与所要申请的职位要求相宜，比如，秘书要端庄、文雅，营销人员要干练。女生最好把头发扎起来或盘起来，不要留披肩发，头发切忌遮住脸庞。男生的发型以短发为主，做到前不覆额，侧不遮耳，后不及领。

2. 着装得体

服饰是面试中的主要知觉对象之一，面试时服装的选择在求职中起举足轻重的作用。恰当的服饰搭配会给人留下良好的印象。

首先，服装要整洁大方。把衣服洗干净、熨烫平整即可。女生一般以样式简洁的套装套裙、连衣裙等为主。女生穿套裙时尤其要注意袜子的搭配。穿长筒袜时，袜边不能露在裙边下面；最好选择肤色或灰色的袜子，尽量不穿黑色及带花纹的长袜；不要穿脱丝的袜子，可在包里准备一双长袜备用。男生则是以衬衣、西服为主。西装袖口的可根据所求职位的要求，选择不同的色系。

最后，注意饰物的佩戴。尽量不要戴太贵重的和一走动就发出响声的饰物，佩戴的首饰，如项链、戒指、手链、胸针等，数量不要超过三件，款式越简单越好，色彩、款式尽量统一。

二、面试举止礼仪

1. 准时赴约

守时是职业道德的一个基本要求，提前 10—15 分钟到达面试地点效果最佳，可熟悉一下环境，稳定一下心神。在面试时迟到或是匆匆忙忙赶到却是致命的，如果你面试迟到，那么不管你有什么理由，也会被视为缺乏自我管理和约束能力，同时也是对一种不礼貌、对主考官不尊重的行为，给面试者留下非常不好的印象。

2. 等待面试从容不迫

到了办公区，不要四处张望。走进公司之前，口香糖和香烟都收起来，手机要关机。到达面试地点后应在等候室耐心等待，并保持安静及正确的坐姿。不要来回走动显示浮躁不安。更要坚决制止的是：在接待室恰巧遇到朋友或熟人，就旁若无人地大声说话或笑闹；吃口香糖，抽香烟、接手机。

3. 表情的运用

进入面试房间时，要先敲门得到允许后再进入，注意保持优美的站姿与坐姿。正确的站姿要求做到头正目平，面带微笑，微收下颌，挺胸收腹，两手自然下垂或叠放在身体前面，两腿立直并拢，脚跟相靠，脚尖张开约 60 度，给人以挺拔、优雅的印象。入座时动作要轻而缓，坐椅子时最好只坐 2 / 3，背部不靠椅背，女生必须两腿并拢，男生可稍微分开，双手叠放或平放在大腿上，身体保持挺直并可稍稍前倾，自然放松，面带微笑，给人端庄、大方的感觉。入座后注意：

(1)面带微笑。面带微笑会增进与面试官的沟通，会百分之百的提高你的外部形象，改善你与面试官的关系。赏心悦目的面部表情，应聘的成功率，远高于那些目不斜视、笑不露齿的人。不要板着面孔，苦着一张脸，否则不能给人以最佳的印象。

(2)眼神的交流。

“眼睛是心灵的窗户”。求职面试时，试者与主试者的关系往往有两种情况。一是“一对一”的关系，即面对一个主试者；二是“一对多”的关系，即面对多位主试者。这两种情况，试者的目语运用是不一样的。

面试时注视的

部位最好是考官的鼻眼三角区，目光平和而有神，专注而不呆板；如果有几个面试官在场，说话的时候，要适当用目光扫视一下其他人，以示尊重。

(3)恰当的手势。说话时做些手势，加大对某个问题的形容和力度，是很自然的，可手势太多也会分散人的注意力，需要时适度配合表达。有些求职者由于紧张，双手不知道该放哪儿，而有些人过于兴奋，在侃侃而谈时舞动双手，这些都不可取。不要有太多小动作，这是不成熟的表现，更切忌抓耳挠腮、用手捂嘴说话，这样显得紧张，不专心交谈。

当考官有意结束面试时，要适时起身告辞，面带微笑地表示谢意，与考官等人道别，离开房间时轻轻带上门。出场时，别忘了向接待人员道谢、告辞。

三、面试中谈话礼仪

在面试活动中，语言在很大程度上关系到面试行为的成败。所以必须注重礼貌谈吐，遵守语言的规范，讲究说话的艺术性，做到语言美。应该注意用语的礼貌，切忌出现不文明的语句，称对方公司时要用第二人称的尊称“贵”，比如“贵公司”。“请”、“谢谢”等礼

貌用语要常挂在口，少说或不说口头禅，更不能出言不逊，贬低他人。注意把握谈话的重点，不要离题，不要罗嗦。

一般的应聘应该用普通话对答，发音清晰，咬字准确；语调得体、自然，可适度压低音调，这样感觉更加亲切、优雅；音量适中，以保持听者能听清为宜，过小显得缺乏自信，过大则影响他人，显得缺乏教养；语速适宜，要根据谈话内容调节速度与节奏，适宜地减缓说话节奏更容易使人接受。说话时态度诚恳、谦逊，不要咄咄逼人，如果自己要提一些要求，也尽量使用商量的语气。当考官在说话的时候，一定要用心地听，不能东张西望，毫不在意。切忌任意打断考官的谈话，喧宾夺主，随意插话，这是极不礼貌的行为。如果你在进入面试房间前，有秘书或接待员接待你或招待你，在离去时也应一并向他或她致谢告辞。