

掌握面試技巧

求職面試非常重要，所以一定要花時間好好準備、多多練習才行

10-09

職場僧多粥少，競爭非常激烈，而順利通過面試就是讓你脫穎而出打敗眾多競爭者、獲得下一個工作的關鍵所在，所以確保自己作好萬全準備，迎接面試的大日子，攸關緊要。

加州沙加緬度的職涯顧問（譯註：或譯就業顧問、職涯教練）克莉絲汀·莫坦森表示，「參加面試絕對不可以只靠臨場反應，」（譯註：wing it 指臨場反應、即興發揮），而這麼做的人「通常都會後悔」。

而有許多認為自己已經準備好了的人，其實還未臻理想（譯註：fall short 指不符合標準或要求）。沙加緬度一家職業介紹所的行銷主任潔西·布謝等專家都異口同聲表示，上述情形屢見不鮮。

有些求職者「以為自己很清楚面試時該說些什麼，但等到真的上場後，卻根本沒有大聲、清楚明白地講出來，」布謝指出，「應試者應該多多準備，大家還是準備得不夠。」

面試的注意事項及禁忌

1.練習、練習、再練習

莫坦森表示，應試者為準備面試而演練的時候，要避免三句不離行話術語，也不要滿口泛泛空言。當「你覺得自己未經思索講出來的是在重複別人的話時」，問題就大了，她指出，「該說什麼，你就得自己想出要說的話才行。」

布謝表示，應試者對自己過去的工作經歷了解之少，常常讓她感到訝異。「應試者得對自己的履歷表了解得滾瓜爛熟才行，」她繼續說道。

布謝告訴應試者（譯註：prospect 指很有希望出線的應徵者、候選人或甚至是可能掏錢買東西的顧客，此指應徵者），除了提出自己之前的工作經驗和在職日期之外，還要舉三個過去曾克服工作挑戰的通用例證。「要引用自己過去的例子，像是成功應付難相處的同事，或是順利完成高難度的專案等…現在的求職市場是以雇主為重，所以你必須提出正確的理由來凸顯自己才行。」

2.適時抵達面試場所

早個幾分鐘抵達沒關係，但太早的話就不恰當了——而且還會有點失禮。

「最會讓面試官氣得跳腳的事，鐵定就是應試者提早了十分鐘以上出現，」布謝說道。

原因何在呢？布謝表示，這是因為現在工作人員都比以前更忙，也更焦慮，所以如果有人在大廳裡等候，一定會讓工作人員很不安，而且太早到，也顯得不尊重面試官的寶貴時間。

10-10

3.公事公辦，別太隨便

即使面試進行得非常順利，也不能任由自己鬆懈下來，要表現出熱忱、專業、有禮貌又熱中。

「如果已經和面試官建立了相當友好的關係，仍然要專注在面試上，」布謝表示，「不要過度分享，也不要太過自在而淪為隨便了。」

4.態度要保持不卑不亢

布謝指出，可以上 Hoover's 或 Manta 等提供產業資料的網站，先查詢有關應徵的公司資料，這樣可以讓面試官知道你研究過該公司，但是也不要太過自誇。

「準備絕不會過度，但自信卻可能會過度，」布謝表示。

5.打起精神

找工作可說是辛苦又令人氣餒的事，但未來的新雇主卻不必知道這一點。如果你的履歷表上有無業的間斷期，就應該告訴面試官，你在過渡期間做了哪些事，是不是有擔任志工？或是去進修哪些課程？還是有參加人脈社交團體？這些都可以告訴面試官。

「不要流露出沒找到工作就慘了的那種絕望感，」布謝表示，「應試者應該保持良好的儀態，並適當地和面試官的視線接觸，放輕鬆，保持心胸開放。」

最重要的是，要冷靜沈著，有自信。

6. 檢討面試情形

好，一切總算結束了，你從面試中全身而退，現在又該怎麼做呢？莫坦森說，不妨深呼吸，然後彙整面試的心得，因為這些收穫將有助於為下一次面試儲備相關資料。

「在車上放一本筆記簿，花個十到十五分鐘放鬆心情，然後回想剛才被問到的問題，和自己的回答，這可以為日後參加其他面試整理出一份可供參考的清單。」

7. 保持信心

大家都有緊張的時候，尤其是在面試之前，但布謝送給大家的安慰鼓勵的話就是：「要相信一切都會很順利，不會有什麼壞事發生，面試官也和你一樣緊張。」