

最新大学生求职礼仪心得体会 大学生求职面试礼仪(优质6篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学生求职礼仪心得体会篇一

走进房间的时候自己的名字被喊到，就有力地答一声“是”，然后再进门。如果门关着的话，就要以里面听得见的力度敲门，听到回复后再进去。开门关门尽量要轻，向招聘方各位行过礼之后，清楚地说出自己的名字。

坐姿

在没有听到“请坐”之前，绝对不可以坐下，面试官还没有开口，就顺势把自己挂在椅子上的人，已经扣掉了一半分数了，从门口走进来的时候，也要挺起胸膛堂堂正正的走。

坐下时也不要坐在椅沿上轻坐，要舒服地坐进去。并拢双膝，把手自然的放在上面。

使用敬语

使用过分夸张的敬语是一件令双方都很尴尬的事。所以，这一点在平时待人接物上下功夫，如习惯于对长辈说敬语等。

视线处理

说话时不要低头，要看着对方的眼睛或眉间，不要回避视线。不要一味直勾勾地盯着对方的眼睛也会觉得突兀。做出具体答复前，可以把视线投在对方背景上，如墙上约两三秒钟做

思考，不宜过长，开口回答问题时，应该把视线收回来。

要集中注意力

无论谈话投机与否，或者对方有其他的活动，如暂时处理一下文件，接个电话等，你都不要因此分散注意力。不要四处看，显出似听非听的样子。如果你对对方的提问漫不经心，言论空洞，或是随便解释某种现象，轻率下断语，借以表现自己的高明，或是连珠炮似地发问，让对方觉得你过分热心和要求太高，以至于难以对付，这都容易破坏交谈，是不好的交谈习惯。

知之为知之，不知为不知

在面试场上，常会遇到一些不熟悉，曾经熟悉现在竟忘记或根本不懂的问题。面临这种情况，默不作声、回避问题是失策；牵强附会、“强不知为知之”更是拙劣，坦率承认为上策。

面试前五分钟最后检查一下仪表

需不需要补一下妆，看看发型有没有乱，口红及齿间有没有事物等，用小镜子照一下。在感觉一切准备就绪的状态下，才能从容地接受公司的面试。

检索简单常识

人们往往一紧张，就连平时挂在嘴边的话都想不起来，把一些常用词汇，时事用语、经济术语整理一下，面试前随手翻阅。所整理的词汇可根据具体应聘职务而有所不同。

应届毕业生面试礼仪技巧必备

1、应聘的“面子”很重要

应聘是正式场合，应穿着适合这一场合的衣服，着装应该较

为正式。男士理好头发，剃好胡须，擦亮皮鞋，穿上干净整洁的服装。女士穿着应有上班族的气息，裙装、套装是最合宜的装扮，勿浓妆艳抹。如果你要去应聘一些非常有创的工作，你可以穿得稍微休闲一点，时髦一点。

2、到达应聘地点的时机及调适

参加应聘应特别注意遵守时间，一般提前5—10分钟到达面试地点，以表示求职的诚意，给对方以信任感。进入应聘室之前，不论门是开是关，都应先轻轻敲门，得到允许后才能进入，切忌冒失入内。入室应整个身体一同进去，入室后，背对招聘者将门关上，然后缓慢转身面对招聘者。见面时要向招聘者主动打招呼问好致意，称呼得体。在招聘者没有请你坐下时，切忌急于落坐。请你坐下时应道声“谢谢”，然后等待询问开始。

3、应聘过程中应保持的体态

坐姿要端正，切忌跷二郎腿并不停抖动，两臂不要交叉在胸前，更不能把手放在邻座椅背上，不要给别人一种轻浮傲慢、有失庄重的印象。面部表情应谦虚和气，有问必答，眼睛是心灵的窗户，应聘过程中最好把目光集中在招聘人的额头上，且眼神自然，以传达你对别人的诚意和尊重。

4、应聘时如何回答对方的问题

在应聘中对招聘者的问题要一一回答。回答时尽量不要用简称、方言、土语和口头语，以免对方难以听懂。切忌把面谈当作是你或他唱独角戏的场所，更不能打断招聘者的提问，以免给人以急躁、随意、鲁莽的坏印象。当不能回答某一问题时，应如实告诉对方，含糊其辞和胡吹乱侃会导致失败。

5、应聘时要处理的一些细节问题

毕业生参加应聘要自然、放松，切忌做一些捂嘴、歪脖之类的小动作。应聘结束时，毕业生应一面徐徐起立，一面以眼神正视对方，趁机作最后的表白，以显示自己的满腔热忱，并打好招呼。比如说：“谢谢您给我一个应聘的机会，如果能有幸进入贵单位服务，我必定全力以赴。”然后欠身行礼，说声“再见”，轻轻把门关上退出。特别要注意的是，告别话语要说得真诚，发自内心，才能让招聘者“留有余地”，产生“回味”。最后，别忘了应聘归来之后写一封感谢信，招聘者的记忆是短暂的，感谢信是你最后机会，它能使你显得与其他想得到这个工作的人不一样。

大学生求职礼仪心得体会篇二

在面试时，礼仪是你本身素质的体现，技能是很难在短短几十分钟的面试过程中展现出来的，但是你的人品却能通过你的礼仪表现出来。从个人修养的角度来看，礼仪可以说是一个人内在修养和素质的外在表现；从交际的角度来看，礼仪可以说是人际交往中适用的一种艺术，一种交际方式或交际方法；是人际交往中约定俗成的示人以尊重、友好的习惯做法；从传播的角度来看，礼仪可以说是在人际交往中进行相互沟通的技巧。所以大学生在求职时需要注意以下这些职场礼仪：

提前一点时间到达面试地点是非常必要的。无论在什么情况下，都不要让考官等我们。去面试时至少要给自己留出2半个钟的富裕时间，这样即使迷路或塞车也能按时到达。如果一切顺利，我们可以利用这半个钟的时间，待在车内或接待室里稳定情绪，最好是提前5分钟到达考官办公室，以示求职的诚意，给对方信任感，同时也利于调整自己的心理，作一些简单的准备，避免仓促上阵，手忙脚乱。

以友善的态度对待接待人员，不要贸然与之聊天，以防影响他们的工作。接待人员对我们有好评自然无害，但一个差的评价将损害无穷。这种评价一般会在我们走后向主考官提出。

有人曾面试成绩不错，但由于冒犯了一位秘书，工作便泡了汤。

常言道：“人是衣裳，马是鞍”、“三分容貌，七分打扮”。在求职面试活动中恰当的服饰会给人留下良好的第一印象。

在服饰打扮上，我们必须根据时间、地点和目的来进行选择。我们要清楚自己到底要给对方留下一个什么印象，然后才决定服饰的选择。我们要知道，在对方眼里，我们的服饰不仅代表你自己的形象，也是代表其用人单位的形象而出现的。

作为一名女大学生，我认为面试服装以整洁美观、稳重大方、高雅为总原则。服饰色彩、款式、大小与自身的体态、发型和招聘的职业相协调一致。我们很多女士会以为紧身衣服才能显示出自己的好身材，其实女士穿太紧、太透、太露的衣服会给人轻佻之感。

在穿鞋方面也有讲究，总的原则是和整体相协调，在颜色和款式上与服装相配。面试时，不要穿长而尖的高跟鞋。中跟鞋是最佳选择，既结实又能体现职业女性的尊严。在面试时，我们女士要注意，无论你的腿有多么漂亮，都穿长筒袜，不能露腿。袜子不能脱丝，要注意合适的色，如肉色等。为了保险起见，应在包里放一双备用袜子，以便脱丝时能及时更换。

进入主考官的办公室，一定要先敲门再进入，等到主考官示意坐下再就座。如果有指定的座位，坐在指定的座位上即可。如果没有指定的座位，可以选择主考官对面的位子坐下，这样方便与主考官面对面的交谈。千万别反客为主，面谈还没有开始就先丢一分。

当主考官要求你作自我介绍时，不用像背书似的把简历上的一套再说一遍，那样只会令主考官觉得乏味。用舒缓的语气将简历中的重点内容稍加说明即可，如姓名、毕业学校、专

业、特长等。主考官想深入了解某一方面时，你再作介绍。用简洁有力的话回答主考官的提问，效果会很好。

应试者大部分时间应该看着提问的面试官，但不必目不转睛盯着对方，眼神可以停留在他人眉宇之间或者额头上，这样既可以保持平视，也会降低自己的惬意，切忌不可东张西望、动手动脚、闭目养神或中间插话。

大学生求职礼仪心得体会篇三

面试者要注意自己的行为举止，一般情况下应该这样做。

1、如果是登门造访的不速之客，则应将右手握成半拳状，用中指轻轻扣门，得到许可后方可进入。如果是约定好面试时间，则应提前到达，因为迟到本身就是失礼，当被叫到名字时，以爽朗的声音应答。

2、走进办公室时，应抬头、挺胸、面带微笑，目光注视考官，不瞻前顾后，不左顾右盼。男士步伐矫健、端庄、自然、大方，给人以沉着、稳重、勇敢、无畏的印象女士步伐轻盈、敏捷，给人以轻巧、欢悦、柔和之感。走到考官面前，应亲切地道一声“您好”，若主考官站起来与你握手，你则热情地把手伸过去与之相握。然后站直身子，精神饱满，面带微笑，挺胸收腹，两脚并齐，双臂自然下垂或交叉于体前，两腿靠拢，像松树一样伟岸挺拔，男士显得刚毅洒脱、舒展大方，女士显得亭亭端庄、秀丽俊美。

3、当主考官示意坐下时，方可落座。就坐后，可适当调整坐姿，坐姿对一个人的心理影响很大，若是直背靠椅，那是比较理想的，应轻轻坐下，上身正直，微向前倾，目前注视主考官的眼部和脸部以示尊重，双手放在扶手上或交叉于腹前，双腿自然变曲并拢，双脚平落地面若是软绵绵的沙发靠椅，也尽量控制自己，不要陷下去，要挺腰坐直，全神贯注地面对考官。不要弓腰曲背，抓耳挠腮，高跷“二郎腿”，女

士忌双腿分开，身体各部位都不要抖动，要很稳重地坐在主考官面前，接受他对你的全方位考察。

4、需递个人资料时，应站起身双手捧上，表现出大方、谦逊和尊敬。面试结束时，应道声“谢谢”，站起身走到门前，再转身微笑地道一声“再见”，把美好的形象留给考官。

大学生求职礼仪心得体会篇四

面试是一种经过组织者精心设计，在特定场景下，以考官对考生的面对面交谈与观察为主要手段，由表及里测评考生的知识、能力、经验等有关素质的一种考试活动。它不仅仅包括求职面试，还包括升学面试、公务员面试等。面试的过程可分为以下几个部分：见面前的准备、面试的前十分钟、面试交谈、人事主管给求职者的提问机会、结束面谈。

面试是如愿走上心仪工作岗位的必经关卡。求职者能否实现求职目标，关键的一步是与用人单位见面，与人事主管进行信息交流，以便使人事主管确信求职者就是用人单位所需要的人才。

面试是其他求职形式永远无法代替的，因为在人与人的信息交流形式中，面谈是最有效的。在面谈中，面试官对求职者的了解，语言交流只占了30%的比例，眼神交流和面试者的气质、形象、身体语言占了绝大部分。因此，充分掌握面试中的礼仪细节，是迈向理想工作的重要一步。

美国职业学家罗尔斯说：“求职成功是一门高深的学问。”心理学家奥里欧文说：“大多数人录用的是有礼节的人，而不是最能干的人。”求职者在面试中表现出的礼仪水平，不仅反映出求职者的人品和修养，而且直接影响面试官的最终决定。在面试中，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。

大学生求职礼仪心得体会篇五

一、时间礼仪

提前一点时间到达面试地点是非常必要的。无论在什么情况下，都不要让考官等我们。去面试时至少要给自己留出2半个钟的富裕时间，这样即使迷路或塞车也能按时到达。如果一切顺利，我们可以利用这半个钟的时间，待在车内或接待室里稳定情绪，最好是提前5分钟到达考官办公室，以示求职的诚意，给对方信任感，同时也利于调整自己的心理，作一些简单的准备，避免仓促上阵，手忙脚乱。

我是一个没有方向感的人，所以面试前我会提前到面试地点去一趟，以避免面试当天迷路。如果面试途中遇到什么预想不道的麻烦事，也会给主考官打电话，把迟到的原因解释清楚并征求自己是否可晚些到达或能否重新安排一次面试机会。以友善的态度对待接待人员，不要贸然与之聊天，以防影响他们的工作。接待人员对我们有好评自然无害，但一个差的评价将损害无穷。这种评价一般会在我们走后向主考官提出。有人曾面试成绩不错，但由于冒犯了一位秘书，工作便泡了汤。因此，我会引以为戒。

二、服饰礼仪

常言道：人是衣裳，马是鞍、三分容貌，七分打扮。在求职面试活动中恰当的服饰会给人留下良好的第一印象。

在服饰打扮上，我们必须根据时间、地点和目的来进行选择。在时间上，我们要依据时令、季节来选服装，我们不能在夏天穿上冬装，也不能在冬季穿上夏装。在地点上，我们的服装打扮要与所处的场所和职位相协调。在目的上，我们要清楚自己到底要给对方留下一个什么印象，然后才决定服饰的选择。我们要知道，在对方眼里，我们的服饰不仅代表你自己的形象，也是代表其用人单位的形象而出现的。

作为一名女大学生，我认为面试服装以整洁美观、稳重大方、高雅为总原则。服饰色彩、款式、大小与自身的体态、发型和招聘的职业相协调一致。我们很多女士会以为紧身衣服才能显示出自己的好身材，其实女士穿太紧、太透、太露的衣

服会给人轻佻之感。所以我会选择西装套裙，因为它既大体又优雅而自信，这样就会给对方留下良好的印象。

在穿鞋方面也有讲究，总的原则是和整体相协调，在颜色和款式上与服装相配。面试时，不要穿长而尖的高跟鞋。中跟鞋是最佳选择，既结实又能体现职业女性的尊严。

在面试时，我们女士要注意，无论你的腿有多么漂亮，都穿长筒袜，不能露腿。袜子不能脱丝，要注意合适的色，如肉色等。为了保险起见，应在包里放一双备用袜子，以便脱丝时能及时更换。

三、其他礼仪

（一）入座的礼仪

进入主考官的办公室，一定要先敲门再进入，等到主考官示意坐下再就座。如果有指定的座位，坐在指定的座位上即可。如果没有指定的座位，可以选择主考官对面的位子坐下，这样方便与主考官面对面的交谈。千万别反客为主，面谈还没有开始就先丢一分。

（二）自我介绍的分寸

当主考官要求你作自我介绍时，不用像背书似的把简历上的一套再说一遍，那样只会令主考官觉得乏味。用舒缓的语气将简历中的重点内容稍加说明即可，如姓名、毕业学校、专业、特长等。主考官想深入了解某一方面时，你再作介绍。用简洁有力的话回答主考官的提问，效果会很好。

（三）回答问题的礼节

面谈时，一般情况下，应该有问必答。当主考官提出的问题令我感到受冒犯或者与工作无关时，我会有礼貌地回问为什么问这样的问题，或者委婉地回答：对不起，我不知道这个问题与我应聘的职位有什么关系，我能不能暂时先不回答这个问题呢？。决不会很生硬地拒绝：我不能回答这样不礼貌的问题。或者怎么问这么不礼貌的问题。毕竟对方是主考官，触犯了他就有可能失去这份工作，即使被录取了，在日后的工作中也会有所不便。此时此刻，不能意气用事，或者表现的不礼貌、不冷静。拒绝时可以的，但口气和态度一定要婉转、温和。

（四）表情的运用

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。

在一对一的情况下，作为应试者的我们的目光要注意的是：第一，注视对方，目光要自然、和蔼、亲切、真诚，不要死盯对方的眼睛，搞得对方极不自在，也不要局部内上下翻飞，使得对方感到莫名其妙。不要东张西望，左顾右盼，显得心不在焉；不要高高昂起头，两眼望天，显得傲气凌人，这些都是不好的表现。第二，注视对方时要注意眨眼的时间和次数，不宜过长也不宜过多。眨眼时间超过一秒钟就变成闭眼，给对方感觉对他不感兴趣。眨眼次数过多，会让对方怀疑你对他讲话的真实性。第三，在谈话过程中难免会碰到双方目光相遇，这时注意不要慌忙移开，顺其自然地对视几秒钟，再缓缓移开，这样显得心地坦荡，容易取得对方的信任。否则，一遇到对方目光就慌忙移开的人，会引起对方的猜疑。

在一对多的情况下，我们求职者的目光不能只注视中间一位主试者，而要兼顾到在场的的所有主试者，让每个人都感到我们在注视他。具体方法是，以正视主试者为主，并适时地把视线从左至右，又从右至左地移动，达到与所有招聘人同时交流，避免冷落一位招聘人但注视的次数不宜过多，这样就能获得他们的一致好评。

我们要知道，单是具备学习专业本领这些基本实力还是不够的，我们还须在交际场合应付自如，懂得适当的礼仪，只有这样，我们才能在众多的竞争者当中脱颖而出。

大学生求职礼仪心得体会篇六

参加面试是一次重要的人际交往。得体的言谈举止及仪表是十分重要的。因此，无论你掌握多少面试技巧，但面试时应注意基本的礼仪还是不可少。大学生求职面试礼仪有哪些呢？请看以下要点：

(一) 早点出门，不要迟到

掌握面试的基本模式，最好是提前分钟到达面试地点，以示求职的诚意，给对方以信任感。面试前，有必要先到用人单位去看一下，记住面试的时间和地点，如果实在因故迟到了，要道歉并说明原因，以征得对方的谅解。

(二) 做好面试前的形象准备，要修饰仪表

头发要梳整齐，领带要系正，皮鞋要擦亮，着装要整洁、大方、得体，女同学化妆不要太浓，忌穿金戴银，以免让人感到你轻飘飘的。

(三) 注意主试人的面部表情

对方讲话时要认真倾听，并用点头表示同意，不要随便插话。

(四) 回答问题要注意吐词和声调

回答主试人的问题，吐词要清楚，声音不要太大或太小，答语要简练、完整，忌用口头语回答问题。

(五) 谈话时注意力要集中

谈话时，眼睛要适时的注视对方，不要东张西望。

(六) 面试成功与否，都要礼貌告退

主试人当场表态可以接受你，面试成功，当然要向对方表示感谢，并表示今后将好好工作。主试人当场没表态，说明对方还要进一步考查，不要急于逼对方表态；面试不成功，也不要做出过激行为。