**正确的心态是成功通过公务员面试的第一步**

2014年公务员考试笔试结束后，很多考生就已经忙着准备面试了。然而，有一大批考生在面试前进行了充分的复习，自信满满。但是考试的时候效果却不那么理想。考生面试成绩不好的主要原因是考生们对面试的错误认识，对心态的调整不当。许多考生在考试准备的关键阶段，就已经落后了，以至于面试时发挥失常、前功尽弃，与公务员失之交臂。

　　知己知彼，百战不殆。在面对公考面试的时候，正确的心态是成功通过面试的第一步。对于成功通过笔试，顺利进入面试的考生，成败在此一举。要想从众多考生中脱颖而出，首先要调整好自己的心态，这是面试成功的前提，调整心态要从以下几个角度入手：

　　一、要自信

　　自信是成功的关键，但是在考试开始之前，很多考生的不自信就已经把自己拖垮了。面试对于考生来讲太重要了，经过艰难的笔试，在几十比一的激烈竞争中脱颖而出，在这已经成功了一半的时候，最终的结果却可能被你面试的成绩左右。所以考生们会无限的夸大面试的每一个细节，导致还没有开始就已经败了五成。比如他们会把考官想象成盛气凌人，严厉苛刻的人，考生必须去接受他们的“折磨”；会把自己的竞争者都想成相貌堂堂、服装整齐、气质不凡、妙语连珠的人；会把自己想成容易紧张、运气也差、衣服也难看、语言表达也不行的人……好像只有自己是弱者，其他所有的人都凌驾在自己之上。面试前在心理上对各种因素过分夸大，会让他们无法自如地展现自己。一旦在心理上接受某个假设，他将一步一步地踏入自我设定的陷阱中，从而严重地影响到他的理性判断力，而这正是面试中至关重要的方面。面试者可以把面试官想象为你的上级，把竞争者设想为你的同事。这时，面试的场景将化为一种互动的人际情境，面试者就能够在一种轻松的心理状态下从容应对。

　　大家应该做的是：去发现自己、他人和世界的光明面，从而使自己保持一种积极、乐观进取的精神状态。一旦拥有了这种态度，面试者不必劳神费力地去讨好主考官，压制别人，他将能坦然自若地表现自己的所有优势，他将能理性地绕过自己和主考官有意无意设下的陷阱。

　　二、 不做完美主义者

　　完美主义者最大的缺点就是自我否定，大家平时可能不是完美主义者，但是会因为对考试的过分看重，而变成一个“临时的完美主义者”。所以，会在面试的准备和面试过程中感觉自己总是达不到他为自己所定的目标，强迫自己在每一个细节上做着过分的不必要的停留。

　　其实哪有没有缺点的人呢？身高、身材、声音、容易紧张等等，每个人都会有这样那样的缺点，但是记住一点，瑕不掩瑜，考官不是想要找一个完人，他们是要找一个合适于公务员岗位的人。面试的最根本目的是全面而准确地展现自己的风采，所以，面试时不必自怨自艾，不必妄自菲薄，多想想自己的优点和长处，也不必怕在面试官严厉的目光下暴露自己的缺点而动摇信心，成了一个蹩脚的完美主义者。考生们应该把自己在能够胜任公职岗位的优势展现出来，些许的缺点，不会成为你成功的障碍。

　　三、正确对待紧张情绪

　　还有就是考生们总是觉得自己焦虑，紧张，这样是不行的。但是事实上，在这样的重要关头，人人都会紧张，连被称为“歌神”的张学友，在上台演唱之前都要反复的调整呼吸，以缓解紧张的情绪。紧张主要是生理层面的内容，它要来便来，绝不会因你想摆脱它而消失。而且，你愈想摆脱它，你在它身上就加上了越多的注意力。其实也就是你越想摆脱焦虑，你就会越焦虑，而你越焦虑，你便越想摆脱它，结果便形成了一个恶性循环。所以倒不如由他去吧，紧张点也没什么的，不是自己一定要做到完美。而事实证明，当考生这样去对待紧张情绪的时候，紧张情绪反而缓解的。

　　其实有些事情，你越去纠结，它就缠你缠的越紧。不去做一个完美主义者，不去苛求每个细节，反而会有意想不到的效果。

　　对于考试来讲，心态非常重要，所以调整好自己的心态，会对考生们的面试准备起到事半功倍的效果。调整好心态，让自己在面试中表现的不卑不亢，表现的自信满满，考官才会被你的表现所吸引，才能一举成“公”。