**公务员面试考场上的紧张气氛也是天然兴奋剂**

常常有生坦言在得知自己进入面试后，往往还没能来得及充分感受通过笔试的喜悦，就已经陷入了面试的巨大压力之中……为了能够更好地投入面试备考及使考场正常发挥，就需要考生在整个备考及面试过程中，考生根据自己的实际情况学习并掌握一定的心理调节技巧，不断强化自身的心理素质以取得最后的成功。

　　考生在备考过程中经常表现的很不自信，极易自我否定。应届生羡慕有工作经验的，觉得他们看问题全面、有深度，提出的建议大都切实可行；有工作经历的考生又觉得应届生大都具有理论基础、语言丰富，有朝气、有活力，容易获得考官的好感。其实，大家如果都能把眼光也放在自己身上一些，那么就会很容易发现各自有各自的优势，没必要妄自菲薄，拿自己的短处和别人的长处比较，结果只会徒增焦虑。倒不如互相学习，取长补短，逐渐地缩小差距。也就是说，要客观全面地评价自己和他人，不能改变的因素如外在形象、身份经历等要勇于接受，尽快转变方向努力通过实际行动缩小可变差距，如语言积累、表达方式等，如此才能逐渐看到自己的进步，一点一点缩小差距。

　　自信的人的笑容永远是最美丽的，处处散发着魅力。备考过程中考生容易盲目地“拿来主义”，看别人哪儿好就学哪儿，邯郸学步，导致失去了原来的风格而又不能形成更好的。虽然经历了笔试的洗礼、筛选，但因为考试形式和考查目标的不同，准备面试的考生依然水平不一、程度各异。很多考生会根据自己对面试的理解，来衡量一起备考的人，发现“理想人选”便羡慕不已，纷纷效仿之。且不说他们的所谓标准是不是正确，一味的“拿来主义”不但会导致东施效颦、邯郸学步的恶果，而且也完全不符合面试的基本测评目标，即答题内容-人-所报岗位三者的匹配度。根据目前公务员面试考试的发展趋势，越来越注重对考生个性特点的考察，越来越需要更多真情实感的表达，所以盲目求同无异于放弃面试。建议考生多去发现、培养并坚持自己的优势，可以适当借鉴，但要本着扬长避短的思想，切忌生搬硬套、擅改风格。