
《转岗竞聘技巧》培训大纲

课程对象：

适合需求转正、转岗、竞聘的各级管理者、各级员工

课时：

本大纲是很全面的1天通用版

与企业调研后会专门定制内容

课程目标：

帮助学员学会如何消除压力、学会放松应对面试

了解企业的面试、竞聘流程

掌握如何抓住面试官的心态、应对面试官的提问

掌握如何保应对无领导小组讨论、结构化面试

掌握如何简明扼要的做自我介绍



课程大纲：

某企业竞聘、转岗的流程预估介绍

第一轮

1、 笔试

2、 无领导小组讨论

自我介绍、抽题谈看法、小组讨论---

3、 单独面试

问对你刚才的表现做何评价、刚才你充当了什么角色等

第二轮 省公司领导面试

学员 5-6 个、领导 56 个、一起面试、领导会挑一些问题问、不一定全部问到

课程大纲：

第一部分 训练与考官沟通的语气、消除赘语

精神面貌、心态调整

听出话外音、说话节奏

练习说话的语气、发音、断句

当周边环境很吵时怎么说

第二部分 衣着的细节

三种颜色的搭配能体现权威感

你的年龄如何通过衣着调整、弥补

发型要注意什么

哪些衣着绝对不可以穿去面试

第三部分 体态、眼神的细节

各种体态分析、各种眼神分析

如何表现出对考官尊敬、认可的表情

如何掩饰你的不安、没底气

赢得考官好感的细节--欣赏的目光

第四部分 应对笔试，通常会有哪些笔试题型

绘图题

计算题

分析题

专业题实例

答题时间控制

你的排版、字号

第五部分 做好自我介绍的要点

先说什么、后说什么

介绍的语气、节奏、交流的眼神

哪些一定不能说

时间控制

如何根据招聘方的广告整理介绍词

现场观察考官的特点来调整适合自己的状态

第六部分 如何面对压力面试

什么话语、状态属于压力面试

什么情况下容易遇到压力面试

你应该怎么对应

调整紧张情绪技巧

第七部分 什么是“投射效应”？怎么应对

“投射效应”是什么、一般有什么问题

你如何理解、反应考官的真实目的

常用问题如何应答

第八部分 如何应对无领导小组讨论

无领导小组讨论的流程分析

无领导小组讨论的题目分析

应该注意从进场到出场的每一个细节

眼神

手势

声音

如何关注他人

如何进场

如何离开

当有不同意见时如何表达

考官会如何打分

打分表

计时表

行为记录表

第九部分 如何快速判断员考官的人格，从而调整在单独面试时的技巧

各类型考官人际风格的特征

分析型人的特征

支配型人的特征

表达型人的特征

和蔼型人的特征

** 如何通过简单的表现快速判断对方的人格

与各类型考官沟通技巧

与分析型考官的沟通技巧解析

与支配型考官的沟通技巧解析

与表达型考官的沟通技巧解析

与和蔼型考官的沟通技巧解析