# 面试莫紧张

来源：网络 作者：梦里花落 更新时间：2024-08-22

*第一，我们要知道人无完人，金无足赤的内涵 这就是说十全十美的人在这个世界上是不存在的，每个人都有自己的优缺点。心理学研究表明，在人际交往中人们并不喜欢那些在他人面前表现得完美无缺的人， 而最受欢迎的恰恰是那些把真实的自我袒露在他人面前的、...*

第一，我们要知道人无完人，金无足赤的内涵

这就是说十全十美的人在这个世界上是不存在的，每个人都有自己的优缺点。心理学研究表明，在人际交往中人们并不喜欢那些在他人面前表现得完美无缺的人， 而最受欢迎的恰恰是那些把真实的自我袒露在他人面前的、有一些小小缺点的人。所以你在大众场合或自己比较在意的对象面前不要去过分关注对方对你的影响 如何，也不用太在意自己的缺点，只要尽到了自己的礼节和真诚，那么我的目的也就达到了。

第二，世界之上的所有人都具有对未知事物的恐惧心理

这就是说那些社交能力强的人在与自己比较在意的对象面前也存在着紧张和焦虑心理。当我们知道了这样的事实，那么我们再与别人人接触时也就会减缓自己的紧张和焦虑。

第三，在社交之中表现得谈吐风雅、举止大方的人都是在无数次的结交之中而练就的

我目前在与他人结交之时虽然有点紧张焦虑，但是对于成长中的我来说是很正常的现象，当你这样认为时，那么你的紧张焦虑也就会降低许多。

第四，不要过高估价对方

不要认为自己不如对方，甚至一无是处，应当多想一想自己的长处，同时用自己的长处来激发和强化自己的自信心。这样就可以使你的自信心得到增强，进而达到消除和缓解紧张的目的。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找