

加微信：642945106 发送“赠送”领取赠送精品课程

三

发数字“2”获取众筹列表

下载APP



21 | 透过兴趣爱好，面试官可以看出什么？

2019-03-18 白海飞

面试现场

进入课程 >



讲述：白海飞

时长 11:34 大小 10.61M



面试官的大部分提问都是需要你努力思考的，但也有看似温和的，比如谈兴趣爱好。对于这个似乎缓解疲劳、人畜无害的唠嗑问题，面试官究竟是什么用意呢？

北宋文学家欧阳修说过：“视其所好，可以知其人焉。”在没有利益驱动和外力监督的情况下，你把精力投放到什么事情上，能把这件事做到什么程度，反映了你内心的追求，以及坚持和努力的程度。

我认为面试官问兴趣爱好的主要意图在于：

推测你的动机，包括价值观、性格和特质，避免应聘者和职位、团队文化有冲突。

看你在没压力的状态下，能够把喜欢的事做到怎样。

那么，大多数应聘者是怎么回答这个问题的呢？我下边列了几个：

我喜欢旅游，不过过节的时候，景点人太多，平时工作又忙，出不去。

打球。跟几个哥们一起，既锻炼身体，又交流感情。

平时喜欢在家里待着，看看书，或者上网看知乎，学点东西。

有了孩子之后，几乎就没啥爱好了，一有时间就得陪孩子。

看完这些回答，你有什么感觉？跟你的兴趣差不多么？真实，但是挺平淡的，对不对？这些回答不能说有毛病，但就是让人没啥特别的感觉。其实，这个问题，可以回答得质量更高一些。下面我们就仔细聊聊。

兴趣爱好应该讲什么

兴趣爱好，是你内心需要的真实写照。之前的“[06 | 喜欢或擅长的工作，你该选哪一个？](#)”一文中提到过，兴趣是一种情感，表示你“喜欢”某件事，它符合我们的价值观、性格特质，对喜欢做的事情，我们会乐此不疲，因此能够反映我们的做事动机。

1. 讲兴趣点，体现动机

不同的人，即使兴趣爱好相同，他们的动机也不一定相同。从哪里能看出兴趣爱好的动机呢？答案是：从你觉得有意思的地方看，也就是从兴趣点看。假设你的爱好是跑步：

如果你觉得最有意思的是，跑完发朋友圈，能收获无数的赞，那你的动机是获得别人的关注和认可；

如果你觉得身轻体健使你更加愉悦，那你的动机是为了完善自身体质；

如果你觉得边跑边享受路上的美景，那你的动机是追求感官愉悦；

如果你觉得约朋友一起跑才有意思，那你的动机是增强社交。

总结来说就是，讲出你觉得这个爱好哪里有意思，怎么做更有意思，才能反映出你的动机、价值观和性格。

还是上面的例子，跑完发朋友圈的，可能比较渴望别人的关注，如果是在工作场景下，及时的关注和认可会让他更有成就感；健身和赏景的，可能关注自己更多一些；约朋友一起跑的，可能比较外向，喜欢交朋友，在协作和组织上，会有好的表现。当然，这些需要结合其

他的问答表现交叉验证着看，不能仅靠一点，就武断地下结论。而且，我们需要正确认识对这些动机的评判，它们没有优劣对错的，只是对不同工作的促进作用不同，只要用在了合适的工作场合，就可以发挥正向作用。

2. 讲产出和如何产出

我在“**兴趣金字塔**”中提到，兴趣形成之前是好奇，刚刚产生好奇而没有体验过的事情，不能称为兴趣爱好。第二层是“消遣”，是说仅仅是享乐目的，投入多，但除了暂时的感官上的愉悦，没有产生长期的影响和产出。第三层是“产出”，这些产出能对你和周围环境产生长期的影响，形成一定的意义，当然这个影响和意义还要看你如何定义。这些产出体现了你的钻研和坚持，如果你做到极致，影响和意义很大，对周围产生了积极的引导作用，就进入了“引领”层。

以上揭示了一个高质量地回答兴趣爱好的角度：**讲产出层，甚至引领层的表现，以及你是如何做到的**。简单地说，就是看你能不能把爱好玩儿出产，能不能做到极致。

我们来看下面的例子：

“我从大三就开始徒步，到现在 6 年，走过 40 多条路线了。大部分是北京周边，也有新疆和内蒙的……之前我们在 X 只脚网站上选路线，后来我把探索的路线分享到 App 里，很多人都下载过，这让我很自豪。”

上面这段描述，体现了这位候选人对徒步的坚持和毅力，从结果数据上，我们能想象到他付出了很多。而且，这个爱好的产出也对其他人起到了帮助作用。

再看一个例子，关于游泳的：

“从教练那里，我发现了我按照知乎教程学不会的原因，是因为知乎上最热门的那个教程是针对专业运动员的。我们普通人的身体的柔韧性差，肩膀都是硬的，所以送肩根本送不了那么平，导致送肩的时候上半身已经伸出水面了，这样浮力不够，屁股就会下沉，然后就游不动。解决办法是：普通人只要送肩的时候往下方送，屁股就浮起来了。如果想做到水平送肩，平时得多压肩，增加柔韧性。我后来把这个小技巧回复到了知乎中，也得到很多认同。”

以上这位同学描述了学习游泳的一个技术困难，体现了他钻研思考、追求提高的品质。

再举一个例子：

“拿耳机听音乐，我会用均衡器调解一下音效。XX 音乐 App 自带一些均衡器效果，但是我会根据曲目不同，自己调一下。比如对于我现在用的这款耳机来说吧，男中音的歌，得把 400 Hz 附近的频段提高 3 分贝，才能使得声音透亮，不调的话，就有些声音发混，没力气。”

这段回答中提到的很多细节，都体现了一个普通音乐爱好者的专业性。这些收获就是他爱好的产出，而且对他进一步发展爱好也能起到促进作用。说实话，我也不知道那些专业知识说得对不对，但是我感觉他做事追求细节，善于折腾，不凑合。

所以，你看，把你爱好的产出和如何产出，有细节、有体会地讲出来，是不是更能打动面试官呢？

这里为方便你理解，我给出兴趣爱好的一个描述结构，供你参考：

1. 兴趣爱好是什么。
2. 动机：为什么喜欢它，是喜欢过程，还是结果；
3. 过程：用什么方法，解决了什么困难，或者提高了什么能力；
4. 产出：有什么结果、收获、提高，有什么价值、影响、意义；
5. 反省：有什么感想体会，哪里可以做得更好。

在你回答面试官的问题时，没必要囊括所有这些点，把有细节、有亮点的部分讲清即可。如果有可以展现你能力的故事会更好，像下面这样：

“我喜欢看书，尤其是人物传记类的。我可以多说两句么？……嗯，《XXX》这本书对我很有启发，我之前一直困惑的问题在这本书里找到了答案，就是……我在工作中也用到了这点，是……”

常见的问题

兴趣爱好的问题，看着很容易回答吧？但实际上，很多人都会犯一些常见的错误，这里我们来看几种。

1. 回答“没有爱好”，或者说“没有时间发展兴趣爱好”（这是不对的）。

这会让面试官觉得你缺乏自我认知或者好奇心，或者是很懒。其实，你可能只是没有思考过自己的兴趣爱好，每个人都有兴趣爱好，难的是提炼总结，讲出价值点。我小时候有个爱好，听评书，这是个消遣爱好。初二的时候，我统计过一次，曾经听过 50 多部。后来每次听完，就给同桌复述，这也许是我作文高分的一个原因吧（有点自夸了）。

2. 造假（这是不对的）。

如果没有找到有价值点的兴趣爱好，选择“创造”一个爱好来糊弄面试官，那就是诚信问题了。要知道，一句谎话要用一百句谎话来圆。如果你讲得前后矛盾，或者没有细节，那面试官就很可能会产生怀疑，虽然他嘴上不说，心里却可能已经开始否定你了。

3. 认为回答的爱好一定要和工作相关（这是不对的）。

爱好不一定要和工作相关。像上面徒步的例子，就和工作没有关系，照样可以受到赏识。但是这里有个风险，就是可能误解你的动机。想一想，如果说徒步是为了享受自由、不受限制，好不好呢？思想开放的面试官，会觉得你有境界、有追求，对于有一定职业成熟度的应聘者，不会影响工作中的任务分工、组织规章啥的。但是不排除有些面试官会产生一些你不服管、我行我素的看法，担心某天大家都在加班工作，你却放下任务，自顾自地走掉了。但是，如果是这样水平的面试官和公司，你工作会高兴么？会长久么？所以，说出你的真实想法，也有助于不合适的公司拒绝你。

4. 兴趣说多了，面试官会说我玩物丧志（这是不对的）。

这个要结合你的工作表现一起看。如果你工作很出色，又能找出时间，把自己的兴趣爱好发展到极致，更说明你是个优秀的人。但是如果工作表现不如意，兴趣爱好却成果显著，如果你是面试官，会怎么认为呢？

总结

面试官通过对你的兴趣爱好的了解，来推测你动机层面的想法，来衡量你与职位和团队的匹配度。所以，要把兴趣爱好讲出质量。

如何操作呢？你得讲出这个兴趣爱好哪里有意思，这才能突显出它的确是你兴趣爱好，而这正是体现你动机的地方；另外，你还要讲出这个兴趣爱好有什么产出，以及你是如何做出这些产出的，这是为了展示你的能力和坚持。前面我建议了兴趣爱好的一种表达结构，用细节和体会来润色你的表述，更容易打动面试官。

另外，不仅仅是为了面试，我们应该为了成为更好的自己，发展一些有益的兴趣爱好，爱好让我们感受美好和享受愉悦，也帮我们拓展了人生的宽度。努力去尝试吧，你会发现更多感兴趣的事儿，你可以努力把它们培养成“产出型”的兴趣，争取能做到“引领”层，从中锻炼品格，培养情操。

思考时间

拿你的一个爱好来分析，你觉得它哪里有意思？其中有哪些产出，让你觉得有意义、有收获呢？

欢迎你在留言区分享，和大家交流。最后，如果今天的内容给了你什么启发，欢迎你把它分享给更多的人。



极客时间

面试现场

面试只是起点，能力才是终局

白海飞
IBM 软件商务系统经理

新版升级：点击「 请朋友读」，10位好友免费读，邀请订阅更有现金奖励。

拼课微信：1716143661

© 版权归极客邦科技所有，未经许可不得传播售卖。页面已增加防盗追踪，如有侵权极客邦将依法追究其法律责任。

上一篇 20 | 考官面对面：我是如何面试程序员的？

下一篇 22 | 如何让你的回答更到位？

精选留言 (10)

 写留言

 pyhou 置顶
2019-03-29

2

我的爱好是游泳健身，还有做饭。先说健身，我是两三年前开始健身，当时目的很简单就是为了让自己变的更壮一点，在健身的过程中我发现了自己身体的变化，这个结果鼓励我

将每天健身的习惯坚持下去，我会在网上看别人发的一些健身文章，也会分享健身对自己身体以及生活习惯的改变，鼓励并带动身边一些想要健身减肥，但却望而却步的朋友，告诉他们这个东西并不难，跟他们一起去健身房，分享我经常练习的动作，鼓励他们坚持...
展开▼

作者回复: 让人眼前一亮的分享！ @编辑, 请置顶。

通过健身的爱好，我看到你的坚持、分享、鼓励和带动他人。

通过做菜的爱好，你分享了学习方法、学习动机。你想办法把做菜效果变得可测量——拍照比较，你从朋友那获得反馈，而不是只靠自己的判断来改进。同时，犒劳、拍照、请客也是激励奖励方式，使自己继续改进。

我觉得做菜这事肯定有创新，你可以总结一下。



右耳朵猫咪

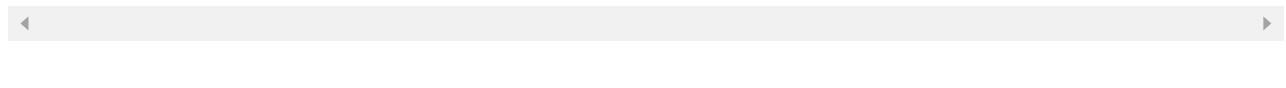
2019-03-19

6

我的爱好是看极客时间。

展开▼

作者回复: 哈哈。



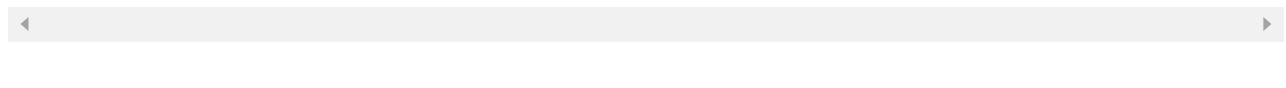
上善若水

2019-03-18

5

本人的业余爱好是跑步。它能够强身健体还可以找到一些志同道合的小伙伴。记得在中航工业WY上班的时候，曾因为坚持跑步两年，每周一三五跑，每次15圈六公里，我成为了公司跑协会会长，并和30多个跑协的会员结下深厚的友谊。进入互联网行业，即使工作时长和强度都很大，但追求健康体魄和与人社交的诉求不会变，最近也在带领四五个同事在楼下一起绕着公司大楼跑跑，说说话出出汗，效果也还不错。接下来希望能把这个业余活动...
展开▼

作者回复: 加油！





宝贝

2019-03-18

2

我的爱好是看书看电影，周末会跟朋友一起去户外活动，节假日会出去旅行。在平常学习过程中经常会遇到很多当下解决不了的问题，比如遇到看不懂的技术文章，编程遇到问题，这个时候就会变得很烦躁，如果硬着头皮继续看对意志力是一种消磨，长期影响心态。这个时候我就去拿出一本书或者电影暂时转换一下心情，等到心态平静之后再去解决问题，这样当时很棘手的问题可能就会有迹可循。旅行也是一样，工作学习很累的时候...

展开 ▾

作者回复: 爱好本来就是调解身心用的。你用得很对呀，帮助解决问题、扩展视野，不就是产出么？

回复

果然如此

2019-03-18

1

我的爱好好像是存在感！

展开 ▾

作者回复: 哈哈，me too.

但是，我觉得这不是爱好，这是需求，属于马斯洛需求模型里的某些层的混合需求吧。



进进进~陈...

2019-03-18

1

我看书没什么目的，感兴趣的比如最近再看《原生家庭》，《富人思维》对自己的工作也没有都什么帮助。不知道怎么解释好

作者回复: 可以多讲讲你是怎么读书的，挑一两个收获点，结合个人思考谈谈。



夜空中最亮...

2019-03-18

1

妥妥的沙发



展开 ▾



刘哲

2019-05-07



我的爱好及其丰富，看书，电影，听书，爬山，做饭，养宠物，我就以一个做饭为例，我做饭都是看着菜谱学的，但是我发现只看菜谱并不全面，我会在做菜的过程中反思自己做的不好的原因，下次改进，同时会对放的材料，火候有自己的理解和相对于菜谱更加适合我做菜方式的改进，每当我学会一道菜，觉得自己做的味道不错可以出师了，我都会做给家人品尝。

展开 ▼

作者回复: 守破离!



Feng

2019-03-19



我的爱好是电影和徒步，因为都可以在我有限的生命力增加广度和深度，约上身边的三两伙伴周末环西湖群山走了个遍，欣赏风景，锻炼身体，体会四季变幻，并且根据线路串联起感兴趣的历史背景，感觉自己也在走过那些平行世界。电影更喜欢剧情片，让自己沉浸其中体味百种人生，丰富自己的三观，可能自己对新事物接受度和好奇心很强，所以对同样不抗拒新事物，勇于尝试的伙伴就是天然多一份欣赏和好感。我这也是一种另类的偏...

展开 ▼

作者回复: 有胸怀，有情怀!



MJ

2019-03-18



我的爱好不是某种实物，而是一种体验：被关注和亲密合作。

展开 ▼

作者回复: 嗯，me too。

我觉得这个层面的不属于自己，而是需求——马斯洛需求模型里定义的需求。爱好、需求，也许只是命名不同而已，但是面试官的意思是让你说有形的、有活动的那种爱好，而不是抽象的感觉。

