

---

## 前言

---

信息全部传递:

7%语言文字+38%声调起伏特色+55%肢体语言

充分准备!

---



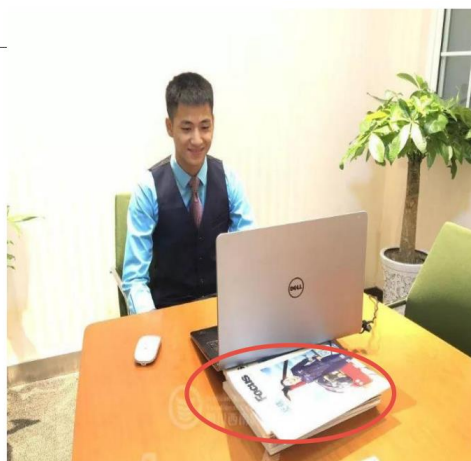
### 充分准备-环境检查!

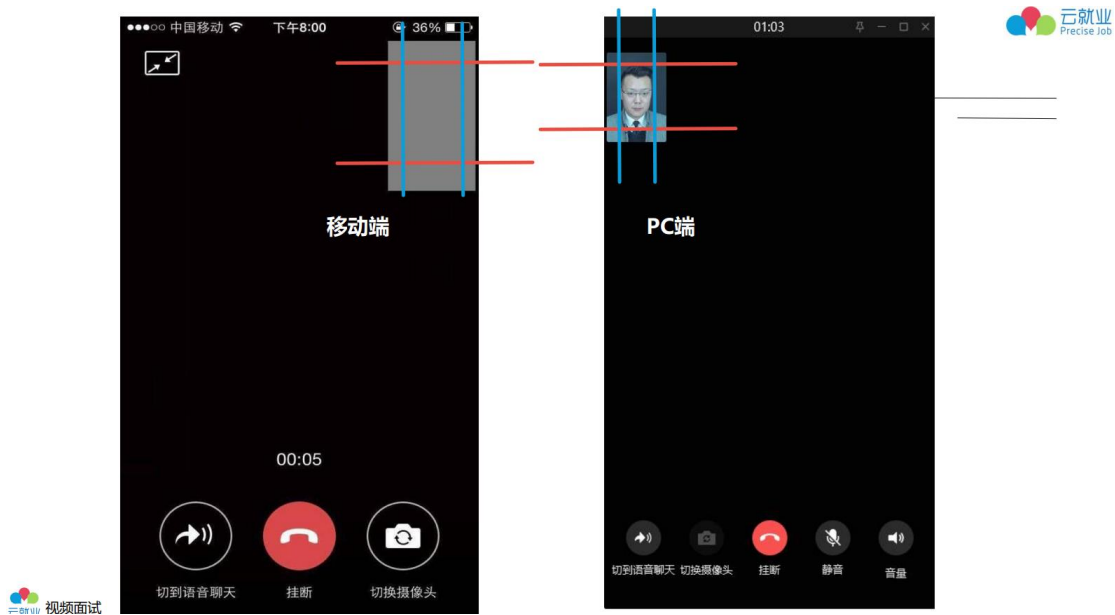
面试开始前30分钟至少要确保.....

项目	内容
•网络设配准备	网络, 摄像头 (不要美颜), 耳麦等
•无干扰	宠物, 外卖, 快递...
•视频背景	整齐家居摆放&空白墙
•光线	无背光, 强光
•个人ID	尤其是微信ID与邮箱ID
•平台操作	线上面试指定APP与功能操作

耳机设备: 建议有线非头戴耳机

视频设备: 建议电脑 > 平板 > 手机





### 充分准备-状态!

#### 确保摄像头:

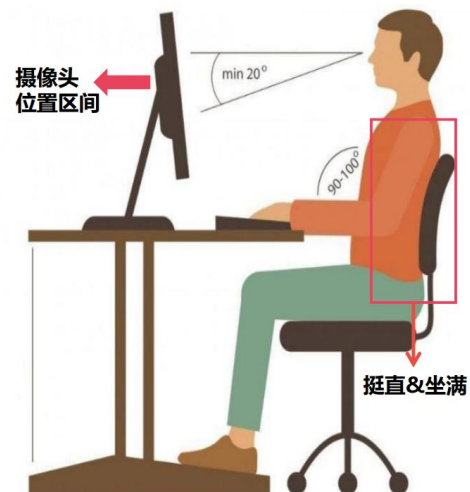
- 与视线平齐。(俯角不建议超过-20°)

#### 确保座椅:

- 整个坐位坐满。

#### 确保身形:

- 挺直腰杆!



### 充分准备-状态!

项目	内容
•仪容仪表	无家居装，整洁即可(男发型/女淡妆)。
•笔记本/纸/笔	记录纲要，必要时可低头记录
•眼睛视觉	直视摄像头而非屏幕画面（眼神交流）
•“小抄”	“小抄”非笔记，贴于摄像头左右
•语速把控	慢节奏!
•一杯温水	面试前喝一口

