

若要在視像會議上展示最好一面，請不要錯過以下貼士：

貼士 #1

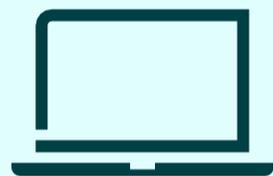
背景

- 留意你身後的物品，網絡辦公背景中不要出現用過的碗碟，而書架、圖畫及其他個人特色物品則是完美之選。避免有窗戶在後面，因為強光會令人看不清你的臉。

視線水平

- 提高電腦或手機，令鏡頭和你在同一高度上。

貼士 #2



眼睛焦點

- 記住直視鏡頭，尤其在發言的時候，像在面對面談話中看著別人一樣，讓人覺得你感興趣和投入。

衣著

- 不要穿有圖案的衣服，包括格子。這些圖案會在鏡頭前「晃動」。

貼士 #3

貼士 #4