



华图事业单位
SYDW.HUATU.COM

2020 年 AI 视频面试全攻略

华图教育 事业单位事业部

视频面试作为一种比较新颖的面试方式，它是指招聘企业和求职者利用网络视频技术，通过电脑或者其他设备进行面试招聘的行为。随着科技的发展，视频面试技术也在升级，也有部分企业利用人工智能技术（AI）对面试者的视频进行数据的分析，以供后续招录的参考。

为了求职者能更好地在 AI 视频面试过程中有更好的表现，获得理想的 Offer，华图教育给大家整理了以下 AI 视频面试攻略：

攻略一：场景布置

AI 视频面试过程需要在特定的场景和设备条件下进行，结合这个特点，我们可以做以下准备：

（一）视频设备，提前调试

无论是电脑视频面试，还是手机 APP 或者小程序，应试者应该提前准备好，如果是需要手机端操作的，建议准备前置摄像头像素高一点的手机，提前测试视频过程中的声音与视频效果。同时，手机进行的过程中，网络的稳定性也会影响面试的效果，建议应试者提前找好稳定的网络。此外，如果是手机端操作，可以提前准备手机支架，以保证镜头的稳定性。



（二）视频背景，干净整洁

视频面试的背景要整齐干净，比较简单的办法就是以干净的墙面为背景。平时喜欢的明星海报、私人照片，或者私人衣物等，最好不要出镜。

（三）视频灯光，柔和适度

视频周围的灯光，对视频的效果有一定的影响，应试者可以提前调试，光线不要太强，也不要太暗，光线柔和适度，能在视频中辅助应试者呈现较好的状态就行。



（四）周围场景，保持安静

AI 视频过程是全程录制的，视频过程应试者的表现涉及到后台数据分析以及面试的结果，因此，整个视频面试的过程中，周围的环境最好是安静，无干扰的。手机可以调成静音状态，提前跟周围的人打好招呼，不要中途进房间，防止被打断。室外的声音不可控，最好提前选好安静地段，或者隔音效果较好的室内环境。

攻略二：形象准备

（一）仪容仪表

①发型

男性的发型发式，一般要求干净利落、整洁自然，不宜过长，但最好也不要剃光头；基本的要求是“前发不覆额，侧发不掩耳，后发不过领”。

女性发型的总体要求是轻爽利落、美观大方，不要披头散发、发饰过多。女性可以烫发，但要给人稳重感，不要太前卫或轻浮。

②妆容

妆容的总体要求是端正庄重、整洁干净、简约朴实、得体自然。上镜的妆容建议淡妆为

宜，不要化浓妆。

③服装

视频面试跟正式面试一样，着装的总体要求是端庄得体、干练稳重、朴素大方、温文尔雅。

男性着装：西装颜色搭配坚持“三色原则”，即全身颜色不得多于三种，西装、衬衫、领带三样中必须有两样是素色的。

女性着装：建议女性穿正装，如衬衫长裤、西服套装或套裙等，性感、暴露、艳丽、怪异的服装绝不能出现在面试场合。



(二) 行为举止

整个视频面试的过程，最好是端坐着进行，这样能保持比较稳定的面试状态。因此，坐姿最好端正、稳，不要随意摆动，同时要表现出你很放松但专注。身体可以稍稍前倾，但是不要过于靠近摄像头。不同于面对面的交流，切记要直视摄像头。视频面试在镜头里，一些细微的动作或者表情，都会被录制下来，后台会进行分析。鉴于此，考生在整个过程最好保持微笑的状态，尽量避免不必要的小动作，别如摸耳朵、撩头发、玩手指、翻白眼等，这些在一定程度上都会影响面试的效果。

攻略三：登录准备

部分的面试者会接到通知的具体的面试流程如下图，结合面试流程可以提前准备：



结合这次面试公示的流程来看，我们可以准备的有，如上图右，提前把小程序添加至桌面，并把小程序相关的设置选项如视频设备、麦等使用权都调好。

攻略四：答题准备

答题准备这部分，根据面试公示，作为应试者，可以提前的为两部分：第一是时间控制，第二是内容梳理，第三是语言表达。

时间控制方面，思考30秒，答题1分钟。应试者平时可以做时间控制方面的练习，先试着用微信或者讯飞语音转换，试试自己平时1分钟能说多少内容。围绕某一个主题，反复进行练习，根据现有的语速和说话习惯，不断调整，养成1分钟能有条理的说清重点的习惯。

内容梳理方面，可以梳理一个1分钟的自我介绍，这部分的内容最好凸显自己与岗位比较契合的部分，铺垫内容不宜过多，直奔重点或主题。

语言表达方面，可以从音量、语速、语气语调、规范表达几方面来调整，具体如下：

1.音量

根据心理学、生理学原理，人处于兴奋状态下容易充满自信、声音洪亮，反之则相反。

因此在答题的时候，应适当提高音量，声音洪亮有利于刺激潜能，尽快进入状态，越说越兴奋、越说思路越开阔、越说越有激情。

2.语速

语速不要过快，因为语速太快思维空间小，更容易出现脱节卡壳的状况。这就对我们的语速提出了要求，即说话要掌握好节奏，不急不慌，边说边想，娓娓道来。

3.语气语调

语气语调要有高低起伏、抑扬顿挫，最忌死水无澜、毫无变化。同时大部分考生在表达的时候语气词过多，如：啊、呢、哪、喔、啦。平时在练习的时候，我们可以给自己录音，反复拿来听，看看自己存在哪些语气词，多加练习，逐渐改掉这些毛病。

4.语言规范

对于考生而言，面试的过程中一定要注意语言的规范与风格，在展示一定的理论水平，注意做到“不古不洋，不新不旧”，同时注意语序问题，勿用日常俚语或网络用语的语序。从现在开始站在的中烟企业工作者的角度看问题，用稳重大方的语言风格表达观点，通过反复练习将语言风格规范化。