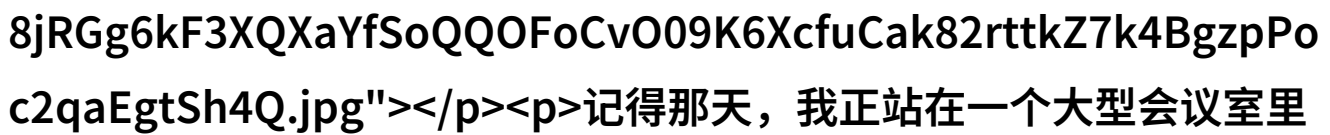
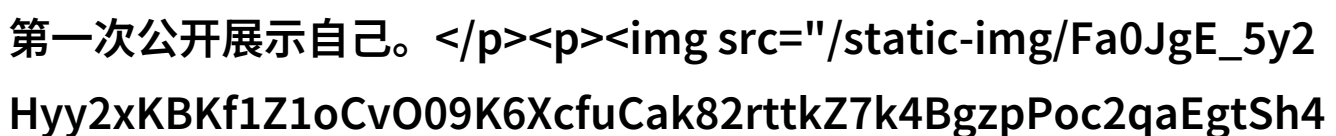


被压到落地玻璃窗前做视频我是怎么在紧

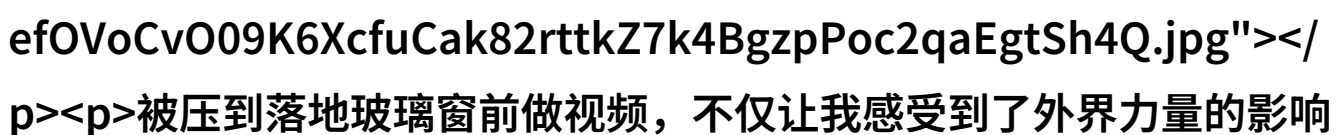
我是怎么在紧张中找到流畅的？

记得那天，我正站在一个大型会议室里，准备录制一段视频。这个会议室有着高高的天花板和整洁的布局，但最引人注目的是那些落地玻璃窗，它们不仅让房间充满了自然光，还能俯瞰整个城市景色。

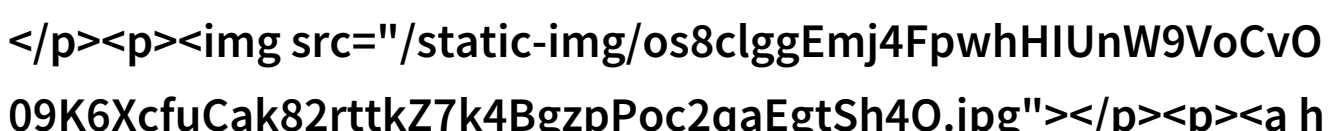
我的任务很简单：面对摄像头，谈论我最近完成的一个项目。听起来简单，但实际上，这个小片段成了我职业生涯中的一个重要时刻。我知道，无论如何都要保持冷静，因为这将是我第一次公开展示自己。

当所有准备工作都做完之后，我深吸了一口气，尝试放松自己的心情。就在这时候，一位同事匆忙地走进房间，对我说：“抱歉打扰一下，我们需要调整一下灯光。”

他话音刚落，我就感到背后有人推了推。我转过头，只见几个同事拥挤在门口，他们似乎忘记了我们正在录制。而就在这个紧张而混乱的瞬间，那些落地玻璃窗突然映射出了他们兴奋而又期待的情绪——他们想看看我如何应对这种压力。

被压到落地玻璃窗前做视频，不仅让我感受到了外界力量的影响，也让我意识到即使是在最紧张的情况下，也要学会控制自己的情绪和表现。在那一刻，我决定不要让周围的人影响我的节奏，而是用自信来回应他们。

随着灯光调整完成，摄影师给出“开始”的指令，我深呼吸，然后缓缓开启了话题。这一次，当镜头捕捉到的不是慌乱，而是专业与自信，这份变化，让整个过程变得更加顺畅、自然。这次经历教会了我，即便身处困境之中，也可以通过内心的平静来掌控一切。



ref = "/pdf/496334-被压到落地玻璃窗前做视频我是怎么在紧张中找到流畅的.pdf" rel="alternate" download="496334-被压到落地玻璃窗前做视频我是怎么在紧张中找到流畅的.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>