

Aan de slag met online solliciteren

Videosolliciteren Checklist

- ✓ Hoe jij je goed kunt **voorbereiden** op videosolliciteren
- ✓ Waar jij op moet letten **tijdens** het video solliciteren
- ✓ Wat te doen **na** de video sollicitatie

Vorbereitung | Test apparatuur**Check**

- > Spreek af met de werkgever via welke tool hij gaat videobellen
- > Diverse manieren om te videobellen: Zoom, Microsoft Teams, Skype, Facetime, Whatsapp.
- > Check of je camera en microfoon werken
- > Gebruik oortjes of een headset (en check ze)
- > Goede internetverbinding
- > Doe een try out met een buddy

**Vorbereitung | Locatie**

- > Let op waar je gaat zitten en check je achtergrond
- > Kies voor een rustige achtergrond
- > Zet jezelf goed in het licht
- > Zorg dat je 10 minuten voor tijd klaar zit
- > Zoek een rustige plek met weinig/geen achtergrondgeluiden
- > Voorkom onderbreking: ramen dicht, maak afspraken met huisgenoten/kids, enz.

**Vorbereitung | Kleding**

- > Draag net als normaal geschikte sollicitatiekleding
- > Pas kleding aan op jouw achtergrond
- > Volledig representatieve outfit
- > Professionele sollicitatiekleding versterkt zelfvertrouwen



Vorbereiding | Inhoud

Check

- > Bereid je voor, net als op een fysieke sollicitatiegesprek
- > Praat niet door elkaar heen, wacht tot de ander is uitgepraat
- > Oefen sollicitatievragen: ken je kwaliteiten
- > Ken het bedrijf en je gesprekspartner
- > Stel vragen, zodat jij ook een goed beeld hebt van de functie en het bedrijf



Tijdens het videobellen | Lichaamstaal

- > Zit stil, ga niet schommelen op je stoel
- > Heb een actieve houding, zit rechtop, voeten volledig op de grond
- > Zorg dat je hoofd en het bovenste deel van je lichaam te zien zijn i.v.m. lichaamstaal
- > Kijk af en toe naar de camera voor oogcontact
- > Focus niet te veel op je eigen beeld en kijk naar je gesprekspartner



Tijdens het videobellen | Camera

- > Houd de camera stil en stabiel
- > Zet jouw camera op ooghoogte (creëert daarmee meer gelijkwaardigheid)
- > Bij gebruik van je telefoon: zet 'm ergens tegenaan
- > Ga zitten, ga niet staan of lopen
- > Zorg dat je gezicht centraal op je beeld staat



Tijdens het videobellen | Kalm

Check

- > Blijf kalm als je wifi je in de steek laat
- > Als je afgeleid wordt door iets/iemand, wees er open over en los het op
- > Telefoonnummer en e-mail van je gesprekspartner als de verbinding uitvalt
- > Als je jouw gesprekspartner niet verstaat, vraag het gewoon opnieuw
- > Blijf gefocust in het gesprek en ga niet tussendoor andere dingen doen (Zoals e-mail of Whatsapp checken)



Afronding | Het gesprek afronden

- > Check, check, dubbelcheck of de verbinding echt is verbroken
- > Niet wegklikken, maar verbinding verbreken
- > Na het gesprek contact opnemen via de afgesproken route (vaak mail/telefonisch)
- > Overleg wanneer en hoe je een reactie wilt krijgen op je sollicitatie
- > Focus niet te veel op je eigen beeld en kijk naar je gesprekspartner



Extra Tips

- > Houd je WhatsApp profielfoto en profieltekst professioneel
- > Check of jouw social media professioneel en sollicitatieproof is
- > Google jezelf een: hoe zien anderen jou?