



Tips voor een online sollicitatiegesprek

1. Bereid je voor op het sollicitatiegesprek zoals je dat altijd zou doen

Eigenlijk is een online-gesprek precies hetzelfde als een gesprek op locatie, met hetzelfde doel, inhoud en structuur. Het is een wederzijdse kennismaking en toets of er een match is met de functie en de organisatie. Bedenk dus wat je graag over jezelf zou willen vertellen en wat je van de organisatie wilt weten.

2. Zorg voor een rustige, ontspannen omgeving

Het fijne van een online gesprek is dat je in een voor jou vertrouwde omgeving bent. Zorg er wel voor dat je een rustige plek in huis vindt, waar je niet door anderen afgeleid wordt. En kies bij voorkeur voor een rustige achtergrond zodat de focus echt op jou ligt.

3. Kies de juiste hoek met je camera

Ook hier geldt dat de eerste indruk telt! De hoek waarin je op de camera verschijnt is daarom heel belangrijk. Het beste werkt het als de camera op ooghoogte staat (gebruik bijvoorbeeld een stapel boeken of een statief) en je het licht van voren laat komen om vervelende schaduwen te vermijden.

4. Oefen vooraf een keertje (en gebruik oortjes)

Videobellen werkt heel fijn, mits de techniek goed werkt. Het belangrijkste is een stabiele verbinding. Gebruik daarom liever een bekabelde verbinding dan een wifi-verbinding. Meestal is het geluid goed, maar met oortjes/koptelefoon weet je zeker dat je de ander goed volgen. Het advies is ook om andere programma's uit te zetten en er geen pop-ups of pling-geluiden voorbij komen. Oefen vooraf een keertje met iemand anders, om te kijken of alles werkt. Dat helpt om vertrouwen te krijgen voor het gesprek.

5. Ontspan

Mocht er toch iets niet helemaal goed gaan met de techniek of je je toch niet comfortabel voelen bij online solliciteren, maak het dan bespreekbaar.

6. Maak een afspraak

Zorg vooraf dat jij en de vacaturehouder beide weten wie wie belt. Zo voorkom je verwarring en langs elkaar heen bellen.

Meer tips:

[Tips video solliciteren van sollicitatiecoach Aaltje Vincent.](#)