



## Loopbaangesprekken in corona-tijden

---

En plots was het opnieuw anders. Als gevolg van de tweede corona-piek schakelden we dus over op online loopbaangesprekken. Voor de meesten allicht wat onwennig in het begin, een valabel alternatief dat mogelijkjs een “blijver” wordt in ons aanbod aan mogelijkheden.

Ondertussen laat de situatie nog niet toe dat er opnieuw “gewone” gesprekken kunnen, op kantoor of al wandelend. Van zodra het wel kan brengen we je daar heel graag van op de hoogte

Een gesprek via **videochat** is dus voor even de norm. Maar ook hier zijn er een paar aandachtspunten.

- De voorbije maanden waren ook voor ons een gelegenheid om een aantal systemen uit te proberen. ACV koos, Om IT-veiligheidsredenen, voor Teams van Microsoft. Andere toepassingen laten we niet toe op het ACV-netwerk. Jouw loopbaanbegeleider stuurt jou op voorhand een link als uitnodiging voor het gesprek. Al wat jij moet doen is op het aanvangsuur “klikken” en je komt onmiddellijk bij je loopbaanbegeleider. Wil je meer weten over de do’s en dont’s van een videogesprek, dan geven we je graag een woordje uitleg of lees alvast onze tips op de volgende pagina.
- Verder gelden dezelfde afspraken als voor een klassiek loopbaangesprek. Jouw loopbaanbegeleider heeft voor jou op dat moment tijd voorzien in de agenda en verwacht je dan ook. Kan het onverwacht toch eens niet, verwittig dan graag minstens 24 uur op voorhand.

Alvast tot ziens bij een volgend gesprek, in welke vorm dan ook.

**Hou het veilig en zorg goed voor jezelf !**

De collega’s van het

Centrum voor Loopbaanontwikkeling ACV Puls



## Do's & Don'ts van een videochat

Door heel het corona-verhaal werd een videochat plots het nieuwe normaal. En dat niet alleen voor loopbaanbegeleiding, maar ook voor sollicitatiegesprekken en zelfs voor functioneringsgesprekken. En dan zijn er toch wel enkele zaken waar je best wat rekening mee houdt.....

- Je loopbaanbegeleider stuurt je een link waarmee je via **TEAMS** onmiddellijk het gesprek kan starten. Je hoeft dus geen software te downloaden. Je komt dan bij ons in de wachtkamer terecht, wij geven je toegang tot het gesprek.
- Probeer gerust deze link even op voorhand dan ben je zeker dat het werkt.
- Technische problemen kunnen altijd en ja, er zijn piekuren op het internet. Het kan dus al wel eens minder vlot lopen dan gewenst. Leg je telefoon in de buurt klaar, dan kan je in dat geval snel met mekaar contact nemen en afspreken hoe je het verder aanpakt.
- Het lukt via 4G, maar soms wordt het beeld wat "blokkerig" en is het geluid niet synchroon met het beeld. Er zit dan vertraging op. Via "wifi" loopt het doorgaans een pak vlotter. Met een laptop gaat het beter dan met een smartphone.
- Wees op tijd, net zoals voor een face-to-face gesprek.
- Doe de post-it of afdekplaatje voor je webcam weg. Anders ziet je loopbaanbegeleider alleen een zwart scherm.
- Denk na over de plaatsing van je webcam. Niet te laag, niet te hoog. Een stapeltje boeken en daarop je laptop werkt zeer goed. Idealiter komt de webcam op ooghoogte. Check dus even hoe je in beeld komt. Je ziet je zelf in het kleine venstertje rechts onderaan.
- Zorg dat de "lichtbron" (venster, lamp, spots..) voor jou is en niet achter jou. In dat laatste geval ben je bijna niet herkenbaar en komt er zoiets als een aureool rond je hoofd.
- Toon je liever niet jouw locatie dan kan je kan altijd "achtergrondeffecten" inschakelen. Dat werkt, maar dat komt toch wat raar over. Delen van je hoofd of armen worden plots "flou". Misschien toch beter vooraf een klein beetje opruimen en de spinnenwebben afstoffen.
- Peuters, partners en poezen....ze komen wel eens ongevraagd in beeld. Al zijn ze best sympathiek, vermijd het als het kan, de focus is immers even weg. Maar we hebben er alle begrip voor.