

Collega's (35) van Shared Ambition verzamelden info & tips rond beeldbellen. Ik heb ze op mijn manier bij elkaar gebracht en waar nuttig verbinding gemaakt met het Career Story Interview.

#### Energie: Intensiever en vermoeiender voor zowel cliënt als coach

- Neem de tijd om te wennen. Het is een nieuwe situatie. Er zijn nog geen routines. Deel je onwennigheid waar het kan met de cliënt. Soms kun je samen zoeken naar wat helpt.
- Pas frequentie en lengte van je sessies aan
  - *Ik heb in 2 situaties het lange CSI-interview wat anders verdeeld. Jeugdhelden + Favoriete verhaal (als bouwstenen) 1 keer op papier laten insturen. Een keer "Jeugdhelden" geplakt aan het intakegesprek. Beiden OK*
- Misschien krijg je minder energie van je gesprekken; zeker in het begin. Zorg goed voor jezelf, plan je gesprekken én pauzes (liefst met beweging buiten) in.
- Zorg voor goede technische ondersteuning; werkend internet en systeem, eventueel koptelefoon/oorplugs met blue tooth.

#### Contact cliënten: meer moeite doen om contact te maken; non verbale interactie mist

- Experimenteer met je cliënt om te kijken wat een goed contact en een relaxte sfeer brengt:
  - Bedenk je eigen ritueel om contact te maken en te verbreken. Maak duidelijk wanneer het gesprek begint en dat het afgelopen is. Even napraten hoe het was: het gesprek zelf en ook de techniek (maak het onderscheid).
  - Als de cliënt en jijzelf dichter bij de camera zitten; lijkt het meer op echt oogcontact. Speel er even mee bij de opstart. Wat is prettig... Wissel af.
  - Vraag of de cliënt rustig zit en vrijuit kan spreken.
- Probeer wat afwisseling te brengen. Ga ff koffie halen en nodig je cliënt uit dat ook te doen. Verzin iets anders...vraag je cliënt welke ervaring ze heeft om het "online" leuk te houden.
- Veel systemen kennen de mogelijkheid tot "scherm delen". Dit geeft "toestemming" om minder bezig te zijn met het beeld van de ander.
  - *Bij het vooraf insturen van het favoriete verhaal, heb ik een plaatje opgezocht van deze film en dat via het scherm gedeeld op het moment dat de cliënt dat ging toelichten.*
  - *In het slotgesprek CSI heb ik het – reeds toegezonden – loopbaancompas in beeld gebracht om het door te nemen en het motto van de cliënt op een dia gezet ter ondersteuning van de vraag wat dat nu betekent voor de eerste stap.*
- Laat stiltes ook "online" bestaan. Fijn om de cliënt ruimte te geven voor het zoekproces. Meestal duurt het even om iets nieuws te formuleren. Mooi als daar ook online de ruimte voor is.

#### Meer concrete technische/praktische tips

<https://www.disofa.nl/blogs/videobellen-met-clienten-8-tips-tricks-van-de-ervaringsdeskundigen/>