

VK på 1-2-3

... en guide i bruk av
videokonferanse

Videokonferanse

Videokonferanse (VK) er toveis/flerveis lyd- og bildeforbindelse. To eller flere studio kan være koplet sammen, både nasjonalt og internasjonalt. VK kan benyttes til blant annet pasientkonsultasjoner, kurs og utdanning, fagnettverk, samarbeidsforum, veiledning og møtevirksomhet.

Utstyr

Standard:

- en til to skjermer
- kamera
- mikrofon
- fjernkontroll

Det finnes mindre enheter for kontorbruk, og i store konferanserom kan man bruke storskjerm via projektor. Det er mulig å kople på flere kameraer og mikrofoner.



Tilleggsutstyr:

- PC
- DVD / videospiller
- elektronisk tavle (smartboard)
- dokumentkamera

Vurder hvilket tilleggsutstyr du trenger og sjekk i ditt studio hva som finnes

Forberedelse til videokonferanse

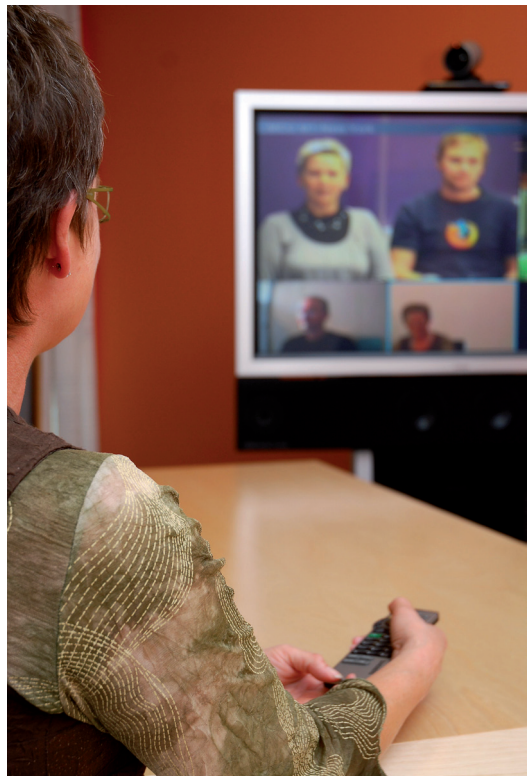
- reserver VK-studio i god tid og test at alt fungerer under oppkopling
- skaff kontaktinformasjon til studio og studioansvarlig
- bli kjent i studio, test oppkopling av PC og eventuelt annet utstyr på forhånd
- send ut agenda i god tid
- møt i studio 15 minutter før møtestart
- test at alt fungerer i forbindelse med oppkopling i god tid før konferansen

Flerpartskonferanse

Skal du gjennomføre en konferanse med mer enn to studier må du sjekke at utstyret i studioet du skal bruke kan sette opp flerpartskonferanser. Hvis ikke må du bestille konferansen hos en aktør som tilbyr flerpartsoppkopling. Sjekk i din organisasjon hvilken aktør som benyttes. Studioansvarlig kan bistå.

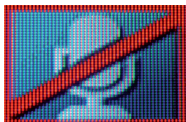
Studioansvarlig

Der hvor det finnes et videokonferansestudio er det som regel oppnevnt en studioansvarlig som har ansvar for den tekniske driften av studioet. Den som har studioansvaret kan bistå i gjennomføring av VK og gi opplæring i bruk av studioet.



Gjennomføring av videokonferanse

- Presenter deg når du tar ordet; det er ikke sikkert alle deltakerne kjenner deg eller ser deg tydelig
- Presenter deltakerne
- Som på et vanlig møte viktig å vise god møtekultur



Skru av mikrofonen når ditt studio ikke har ordet

- Gjør deg kjent med fjernkontrollen og juster bildet slik at alle blir synlige
- Zoom så tett inntil som mulig; det skaper nærhet til deltakerne
- Sjekk at lysforholdene i studioet gir godt lys på alle
- Møteleder bør sikre at minst en deltaker i hvert studio kan benytte fjernkontrollen
- Fjernkontrollen benyttes også til å skifte mellom bilde av deltakerne og eventuelle dokumenter eller annet som skal vises. Se flere detaljer på neste side.



Prøv å se rett inn i kamera når du snakker. Ofte står kamera plassert på toppen av skjermen. Kameraet kan forhåndsinnstilles ved hjelp av fjernkontrollen. Da kan man med et enkelt tastetrykk rette kameraet mot for eksempel foreleser eller andre deltakere.

Sjekklista på baksida av folderen gir gode tips.

Fjernkontrollen

1. Mic off slår mikrofonen på og av
2. Piltastene justerer kamera
3. Volum + og - justerer lyden
4. Layout endrer bildeoppsettet på skjermen. Trykk flere ganger for å velge ønsket oppsett
5. Trykk på Cancel for å lukke hovedmenyen, eller for å gå ett trinn tilbake i undermenyene
6. Trykk på Call for å ringe
7. Kameraposisjoner kan lagres under talltastene
8. Snapshot (*) for å ta et øyeblikksbilde
9. Trykk Presentation for å veksle mellom PC og hovedkamera
10. Trykk Meny for å åpne menyen. Naviger i menyen ved hjelp av piltastene
11. Zoom justerer kamera inn (-) eller ut (+) Piltastene justerer kamera (se 2)
12. Trykk på Selfview for å se bildet du sender ut. Trykk en gang til for å slå av Selfview
13. Phone Book (adressebok) for lagring av kontakter
14. End Call avslutter samtalen
15. Bruk nummertastene for å ringe
16. Funksjonstast (#) for bl.a. å skifte til bokstaver (hold tasten inne)



Tips til foreleser

Undervisning via videokonferanse krever i likhet med annen undervisning å være godt forberedt. Via videokonferanse kan det i tillegg være viktig å tenke på følgende:

Bli kjent i studio

Vi anbefaler deg å besøke ditt studio i forkant for å gjøre deg kjent med tekniske innretninger og for å bli fortrolig med studioet. Gjør deg kjent med hvordan fjernkontrollen fungerer, og hvordan du med den kan veksle mellom presentasjon, deg selv og eventuelle andre kilder.

Kamerainnstilling

Forhåndsinnstill kamera med nærbilde av deg. Husk å se rett inn i kamera når du snakker slik at de som sitter i andre studio opplever å ha øyekontakt med deg.

Variasjon i presentasjonen

For å skape variasjon i undervisningen kan du presentere innholdet på ulike måter, avhengig av tilgjengelig utstyr i ditt studio. Det vanligste er bruk av PC, men DVD/videospiller og dokumentkamera kan også være gode virkemidler. Støtteark til undervisningen og andre dokumenter kan eventuelt sendes deltakerne på forhånd.

Det er viktig å veksle kamera mellom foreleser og powerpoint eller annet presentasjonsmateriale. Det er mye hyggeligere for deltakerne å se deg på skjermen enn bare tekst.

Pedagogiske tips

Still gjerne spørsmål underveis som stimulerer deltakerne til diskusjon. Er det mange deltakende studio (8-10 eller flere), kan det være lurt å styre kommunikasjonen ved for eksempel å sette av tid til spørsmål foran pause eller på slutten av forelesningen. Du kan gjøre dette ved å stille spørsmål direkte til enkelte studioer, eller oppfordre deltakerne til å sende spørsmål via SMS.

Det er kun foreleser som skal ha mikrofonen slått på under forelesing. Dette for å unngå ekko og støy. Husk å minne de andre studioene på å ha mikrofonen avslått inntil de eventuelt skal stille spørsmål eller delta i dialog.

Tekniske begreper

Videokonferanseutstyret består av fem hovedkomponenter:

- **Kameraet og mikrofonen:** fanger bildet og lyden
- **Kodek:** en boks (selve hjernen) som omformer lyd og bilde til et digitalt signal som sendes ut over nettverket
- **Monitor og høyttaler:** som regel en skjerm med integrerte høyttalere, men kan også være via projektor og separate høyttalere

MCU (multiple control unit): teknisk utstyr som trenges for å kople opp flere enn to studioer samtidig. Se "Flerpartskonferanse" side 3.

Duo video: Tilleggsutstyr i kodeken som gjør det mulig å sende ut to bilder samtidig; av foreleser OG presentasjon. For å motta må også utstyret på andre siden ha duo video. Funksjonen anbefales slått av hvis ikke alle deltakerstudioene støtter duo video.

Streaming (opptak): en server som foretar digitalt opptak. Opptaket kan distribueres over internett, enten i sann tid under konferansen eller ved å legge streamen ut på et nettsted for opphenting når og hvorfra man vil. Må ikke forveksles med vanlig videoopptak som selvsagt også er mulig (til VHS eller DVD).

ISDN-basert: ISDN (telefonikanaler) benyttes til overføring av videokonferansen. For god kvalitet anbefales minimum 6 kanaler som tilsvarer 3 ISDN-abonnement.

IP-basert: internett benyttes til overføring av videokonferansen. Stiller krav til god båndbredde, hvilket de fleste organisasjoner og institusjoner har. Sjekk at brannmurer ikke skaper problemer.

Kontakt undervisningskoordinator@telemed.no for utdypende informasjon om teknologien

Sjekkliste ved oppstart

- Har dere lyd og bilde
- Er alle studioene kommet med
- Hvordan er lysforholdene
- Kan dere skru mikrofonen på og av
- Kan dere zoome inn på deltakerne
- Er alt nødvendig tilleggsutstyr tilgjengelig? Husk å sjekke på forhånd hva som finnes
- Har alle studioene notert telefonnummer hvor det er hjelp å få

Optimaliser forholdene ved å:

- Justere lys eller trekke for gardiner
- Skru opp eller ned lyden
- Plassere mikrofonen slik at det er fri luftlinje til de som prater
- Unngå papirknitring, penneklikking og viftestøy fra PC'er

På www.helsekompetanse.no finner du:

- vårt nettbaserte kurs "VK på 1-2-3"
- informasjon om fagforelesinger over videokonferanse
- informasjon om andre nettbaserte kurs og fagnett

Vi tilbyr også kurs og veiledning i bruk av videokonferanse.

Generell kontaktinformasjon:

E-post: undervisningskoordinator@telemed.no

Nasjonalt senter for samhandling og telemedisin: www.telemed.no