

UVOD U TRENINGE NA ZOOM-U

Šta je videokonferencija?

Ovo nije „učenje na daljinu“, gde dobijate video materijale i skripte mejlom. Nije „učenje uz pomoć računara“ gde samo učite na računaru. U pitanju je online trening uživo. Razgovaraćete i slušaćete vašeg trenera uživo i radićete vežbe sa drugim polaznicima takođe uživo. Međutim, bićete u različim prostorijama, možda čak i u različitim gradovima ili zemljama i čućete i videti jedni druge putem računara.

Video konferencija nam omogućava da kombinujemo prednosti treninga uživo sa nekim prednostima učenja na daljinu i učenja uz pomoć računara. Većina vas je verovatno već upoznata sa Skype ili drugim tehnologijama video poziva. Takođe, većina vas je već slala poruke putem telefona ili računara. Video konferencija nam omogućava da koristimo sve ove načine interakcije i kombinujemo ih sa predavanjem u učionici, kao i da dodamo prezentacije ili video materijale. Moći ćete da radite u parovima ili malim grupama online i da se potom vratite u „učionicu“. Moći ćete da vidite druge ljude iz grupe, trenera, prezentaciju i to sve na ekranu vašeg računara. Moći ćete da postavljate pitanja i odgovarate, kako glasom, tako i putem poruka.



Postoje izazovi kada je video konferencija u pitanju. Da budemo iskreni, logistika treninga u učionici je dosta jednostavnija. Postoje izazovi koji se tiču samog iskustva i učenja polaznika, kao i izazovi za trenere.

- 1) Vi već radite puno stvari na računarima i važno je da prestanete to da radite dok je trening u toku. (Facebook, Twitter, čitanje mejlova i slično).
- 2) Internet konekcija nije savršena. Ponekad jednostavno neće raditi ili će se video „zalediti“ i propustićete minut ili dva. Što je brža vaša Internet konekcija, to bolje i možda ćete odlučiti da promenite svoj paket.
- 3) Gledanje u ekran zamara. Mi ne možemo da se fokusiramo na ekran i da nam drži pažnju onoliko koliko možemo uživo, zato su dani treninga podeljeni u kraće blokove.
- 4) Moraćete da organizujete svoj prostor, prostoriju i nameštaj koji ćete koristiti, osveženje u pauzi, tako da vam bude priyatno. Moraćete da isplanirate puno stvari: da kreirate prostor koji je dovoljno tih i udoban da biste mogli nesmetano da učite.

- 5) Polaznici nisu toliko vešti sa ovim sistemom kako su sa treningom uživo. Biće pauza i kašnjenja dok svi zajedno budemo učili kako ovo funkcioniše.
- 6) Moraćete sami da se pobrinete za do da ostanete u fokusu, pa vam pažnja bude usmerena na trening, umesto da računate na to da će vas trener „držati u pažnji“.
- 7) Morate da imate na umu da kad god vam je uključen mikrofon, drugi mogu da vas čuju i da čuju šta se dešava kod vas, u vašoj kući. Kada vam je uključen video, vide Šta god da se nalazi ispred kamere.
- 8) Učenje online je znatno osetljivije na vreme. Mnogo je teže izvesti svako „počeli smo kasnije“ ili „treba nam više vremena“ kada radite online u malim grupama. Ovo može teže pasti nekim ljudima.

Postoje naravno i značajne prednosti

- 1) Ako imate računar i dobru Internet konekciju, ne morate da putujete, možete da budete u okruženju svog doma, da izaberete sami svoje osveženje za pauzu, nameštaj koji koristite.
- 2) Zajedno sa trenerom kreirate trening umesto da samo „sedite i slušate“.
- 3) Stičete iskustvo sa novom tehnologijom, što vam može koristiti u daljem radu ili ako odlučite da postanete coach ili NLP trener.
- 4) Tokom pandemije, znate da maksimalno brinite o svojoj sigurnosti.

Šta je Zoom?

Zoom je računarski program i aplikacija za telefon koji se ponaša kao „platforma“ za online treninge i video konferencije, između ostalog. Radi na svakom računaru, tabletu, televizoru sa Internet konekcijom kao i na smart telefonu. Da biste učestovali, prvo preuzmete i instalirate program na svoj telefon ili računar. Naravno, lakše je da pratite na laptopu ili desktop računaru. Program je besplatan, tako da naravno da možete da ga instalirate na sve svoje uređaje. Možete se prijaviti prateći ovaj link <https://zoom.us/>. Najjednostavnije je da unesete svoju email adresu i da se prijavite svojim Facebook ili Google nalogom. Ako još uvek nemate Facebook ili Google nalog ili niste tim nalogom prijavljeni na uređaju koji koristite, trebaće vam malo više vremena, ali je i dalje prilično jednostavno. Zoom će tražiti dozvolu da koristi audio i video na vašem uređaju.

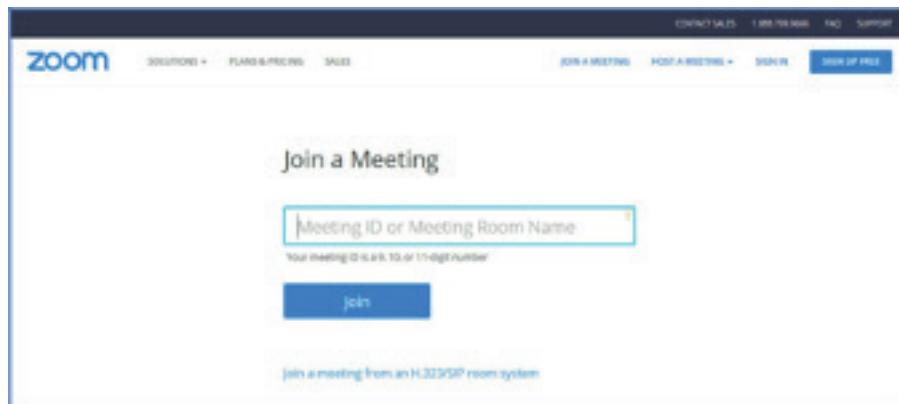
Kažite: „Da“.

Facebook upotrebljava metaforu grupe prijatelja i metaforu čitavog skupa „zidova“ (“walls”) na kojima ljudi „objavljuju“ (“post”) stvari. Zoom upotrebljava metaforu sastanaka i skupa „prostorija“ (“rooms”) gde se ti sastanci održavaju. Na Facebook-u, vaši prijatelji mogu biti online u svakom trenutku, ali na Zoom-u, sastanci se događaju u zakazano vreme, koje vi ili organizator sastanka postavite. Možete „reći“ Zoom-u na koji sastanak idete tako što otkucate ili kopirate određeni desetocifreni ili jedanestocifreni broj, meeting ID. To govori Zoom-u u koju „prostoriju“ želite. „Prostorija“ je nalik nalik na lični profil ili grupu na Facebook-u. Baš kao što morate da imate dozvolu grupe da vidite šta se tamo objavljuje, tako i na Zoom-u morate znati meeting ID i dobiti dozvolu organizatora sastanka da biste mu se pridružili. Takođe, organizator sastanka mora znati vaše ime ili nalog koji koristite za Zoom, kako bi vam omogućio pristup.

U našem slučaju, ovaj sastanak će biti naša „učionica“ za trening. Kada otvorite Zoom, ono što vidite obično izgleda ovako:



Ako kliknete na JOIN ili JOIN A MEETING, odvešće vas ovu stranicu, gde unosite svoj meeting ID (niz brojeva poput 123 456 7891). Možda će vam tražiti da upišete ime.



Sada ste u prostoriji za sastanke, i one mogu imati različite prikaze, na primer, mogu izgledati ovako:



Na samom dnu ovog primera prostorije, nalaze se veoma važna kontrolna tabla. Možete da uključite ili isključite svoj video ili audio. Kada ste u učionici, video bi uvek trebalo da bude uključen, a mikrofon uključen ili isključen u zavisnosti od toga da li pratite predavanje ili radite vežbu. To znači da ljudi mogu da vas čuju, uključujući i to da čuju kako kucate, pričate sami sa sobom i slično. To takođe znači da ljudi mogu da vas vide. Ono što je stvarno super je da, ukoliko ih ostavite uključene, moći ćete da ih vidite i čujete, kao da ste u pravoj učionici, ali na neki način još bolje. Takođe možete da vidite, na ekranu iznad, ko je još u „prostoriji“ sa vama i tablu za poruke, kao kada šaljete sms-ove.

Putem sledećih linkova možete da preuzmete Zoom Meeting app/program i da ga instalirate na svoj uređaj. Drugi način da pokrenete instalaciju je da odete na sajt <https://zoom.us/> i unesete svoj meeting ID.

Windows računar <https://zoom.us/client/latest/ZoomInstaller.exe>

Android telefon <https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings>

iPhone <https://itunes.apple.com/us/app/id546505307>

Mac računar <https://zoom.us/client/latest/Zoom.pkg>

Naravno, na telefonu je sve ovo manje i moraćete da se krećete između više prikaza ekrana kako biste sve videli. Moguće je da pristupite sadržaju sa telefona, ali mi vam zaista preporučujemo da koristite desktop računar, laptop ili veći tablet. Moguće je i da povežete računar sa velikim TV ekranom. Zapamtite da je neophodno da vas čujemo i vidimo, tako da uređaj koji koristite (računar) mora da ima prednju kameru i ugrađen mikrofon.



Jedan od načina da sve ovo posmatrate je da razumete da Zoom zapravo kombinuje čitav splet jednostavnijih alatki, kako bi stvorio iskustvo „prostorije“ za učenje. Obratite pažnju na to da sve ove alatke mogu da se koriste odvojeno ILI sve ove stvari mogu da se dešavaju istovremeno na vašem ekranu.

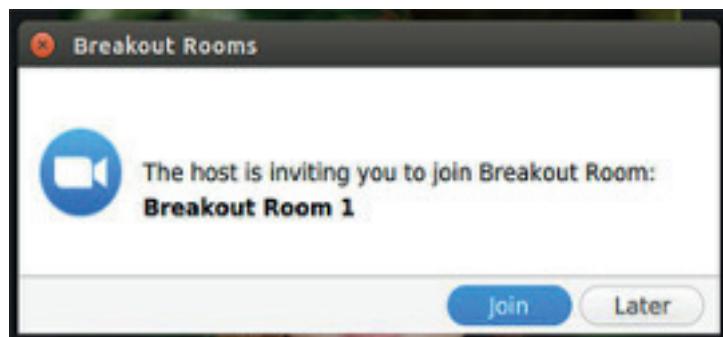
- 1) Audio (kao tradicionalni telefon).
- 2) Video poziv (kao Skype) ali sa podeljenim ekranom, tako da možete da vidite više ljudi ili da samo gledate trenerovo lice.
- 3) Slanje poruka.
- 4) „Flipchart ili tabla“ – trener može da prikazuje „PowerPoint“ slajdove ili da piše ili crta dijagrome na ekranu pred vama.
- 5) Možete razmenjivati fajlove, video materijale ili dokumente namenjene za učenje sad ili kasnije.
- 6) Prostorije za vežbe (Breakout rooms) Trener može da vas podeli u parove ili grupe za vežbu, baš kao na treningu uživo. Polaznici onda mogu da vide i čuju jedni druge dok rade vežbu u privatnosti svoje grupe (trener i asistenti mogu da „posećuju“ vašu prostoriju za vežbu ili ih vi možete pozvati i postaviti pitanja).

Kako se pridružiti Zoom sastanku:

Ako vam je ovo prvi put da koristite ovakvu tehnologiju, uzmite vremena koliko vam je potrebno i budite nežni prema sebi. Biće lako poput javljanja na telefon, samo vam treba malo vremena da se naviknete.

1. Pokrenite Zoom program ili aplikaciju.
2. Pridružite se sastanaku na jedan od sledećih načina: kliknite na Join a Meeting (Pridruži se sastanku), ako želite da se pridružite, a da ne unosite svoje podatke.
3. Unesite ID broj sastanka (meeting ID) i vaše ime
4. Obeležite da li želite da uključite i audio i/ili video i kliknite na Join (Pridruži se).

Da biste se pridružili prostoriji za vežbu, odgovarate na poziv trenera koji može izgledati ovako:



Ovo je što vidite na velikoj slici dole je ono što se dešava na ekranu organizatora sastanka (trenera). Organizator će vas nasumično podeliti u grupe/parove. Takođe može da postavi vremenski okvir ili da ručno prekine vežbe, kao i pošalje poruku u grupe svim polaznicima (na primer, „još 5 minuta“, kao i da prekine rad i grupama i obrate vam se svima odjednom (u zavisnosti od vrste vežbe, imaće upozorenje od 10 sekundi do minut pred kraj). Pogledajte na donji deo ekrana za instrukcije o sobama za vežbu. Trener je prilagodio svoja Zoom podešavanja pre samog sastanka, kako biste imali opciju rada u prostorijama za vežbu (Breakout rooms), koje su prikazane ovim malim simbolom na dnu ekrana.

