

Netiquette Online-Lachen



Hrsg.: Europäischer Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e.V.

Stand: März 2020

Inhaltsverzeichnis

1	Zur Entstehung der Netiquette Online-Lachen.....	2
1.1	Geht Lachen auch online?.....	2
1.2	Und was gibt es sonst noch zu beachten?	2
1.3	Ja ist das denn so schwer, dass man eine Anleitung braucht?	2
1.4	Welche App haben wir genutzt.....	2
2	Netiquette Online-Lachen.....	2
2.1	Wir duzen uns beim Lachen	2
2.2	Datenübertragung	2
2.3	Du kennst die Computer-/Handytechnik der Anwendung (App) noch nicht.....	2
2.4	Wir fangen pünktlich an.....	2
2.5	Erst gemeinsam Lachen, danach Austausch falls gewünscht.....	3
2.6	Mikrofon an / aus.....	3
2.7	Video an / aus	3
2.8	Chatfunktion.....	3
2.9	Screenshots	4
3	Tipps und Tricks	4
3.1	Ist die Anordnung der Teilnehmer/innen bei allen gleich?	4
3.2	Kann ich zwischen Ansichten wechseln?	4
3.3	Was ist der Break-Out Room und was ist das für ein Countdown?	4
4	Werbefreie Zone.....	4
5	Mit gelacht wird auf eigene Verantwortung.....	5

1 Zur Entstehung der Netiquette Online-Lachen

1.1 Geht Lachen auch online?

Ja, es geht, und besonders gut dann, wenn sich alle auf ein paar Regeln einigen. So entstand die Idee dieser Zusammenfassung, einer Netiquette (gutes Verhalten im Internet).

1.2 Und was gibt es sonst noch zu beachten?

Ja, einiges, „Lasst uns doch Erfahrungen zusammentragen.“
So entstanden die Abschnitte zu den Tipps und Tricks.

1.3 Ja ist das denn so schwer, dass man eine Anleitung braucht?

Wie beim Lachen selber ist es auch mit dem Online-Miteinander:
Eine gute Anleitung und ein bisschen Üben, und es fällt **ganz leicht**.

1.4 Welche App haben wir genutzt

Die zusammengetragenen Erfahrungen basieren alle auf der Applikation „zoom“ und sind übertragbar auf andere Anwendungen. Anregungen/Ergänzungen bitte gerne dem Verband mitteilen.

2 Netiquette Online-Lachen

2.1 Wir duzen uns beim Lachen

Egal ob online oder offline, wir duzen uns beim Lachen.
Solltest Du das nicht gewöhnt sein und Dich auch nach der Session unwohl und irritiert fühlen, frag gerne nach der Session nach, ob es eine Gruppe gibt, in der gesiezt wird.
Wir finden eine Lösung.

2.2 Datenübertragung

Die Datenübertragung ist nicht bei allen gleich schnell. Du kannst Deine eigene Datenübertragung verbessern, indem Du möglichst viele Deiner im Hintergrund laufenden Programme vorher schließt.

Stelle Dich darauf ein, dass durch zeitliche Verzögerungen, Geräusche und Bilder nicht immer als gleichzeitig wahrgenommen werden (können).

2.3 Du kennst die Computer-/Handytechnik der Anwendung (App) noch nicht

Die Trainer bieten Dir die Möglichkeit, Dich schon 10-15 Minuten vor Beginn der Session einzuwählen. Dann kannst Du Dein Mikrofon testen (ein/ausschalten), Deine Lautsprecher regeln, Dich „im online-Raum“ zurechtfinden und vor allem: Ankommen. Nutze diese Möglichkeit.

2.4 Wir fangen pünktlich an

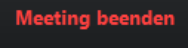
Wir fangen mit den Lachsessions pünktlich an.

Komm ruhig schon ein paar Minuten früher in den Raum. Genieße es, Deiner Gruppe zur Begrüßung zuzuwinken und anzukommen. Umso leichter fällt das Mitmachen.

2.5 Erst gemeinsam Lachen, danach Austausch falls gewünscht

Wir genießen die gemeinsame Lachsession, ohne zu Sprechen. Es sei denn, Sprechen gehört zur Übung und der Trainer/die Trainerin fordert uns dazu auf.

Wer im Anschluss weg möchte, der klinkt sich aus. Und das ist in Ordnung.

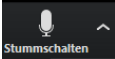
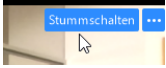

Das Meeting verlassen: rechts unten  anklicken.

Wer noch bleiben möchte, Rede- oder Hinhörbedarf hat, bleibt. Jetzt ist die Zeit dafür und auch diese Zeit darf genossen werden.

2.6 Mikrophon an / aus

Wir wollen uns gegenseitig lachen hören, darum haben wir unsere Mikrophone beim Lachen an.

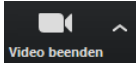
Es gibt Situationen, in denen ein auf stumm geschaltetes Mikrophon für uns alle angenehmer ist.

- Zu Beginn der Lachsession wird der Trainer/die Trainerin alle Teilnehmer auf „Stumm“ schalten.
Das stellt sicher, dass alle Teilnehmer/innen die Einführung hören können.
- Schalte Dein Mikrophon als Teilnehmer auf stumm, wenn in Deinem eigenen Umfeld Störungen auftreten.
Das kannst Du machen über
 - Meist unten links über  oder
 - oben rechts, in Deinem eigenen Fenster (Dein Bild) über 
- Wenn die Störung behoben ist, kannst Du Dein Mikrophon wieder einschalten, suche nach der Möglichkeit „Audio ein“ unten links  oder oben rechts in Deinem Bild.

2.7 Video an / aus

Wir wollen uns gegenseitig lachen sehen, damit die Spiegelneuronen mitmachen können, darum haben wir unsere Videos beim Lachen an.

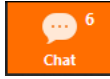
Es gibt Situationen, in denen es sinnvoll ist, Dein Video zu beenden, auch wenn Du das Meeting noch nicht verlassen möchtest.

- Der entsprechende Eintrag nach dem Du suchst ist .
Natürlich kannst Du das Video wieder anmachen, wenn die Störung behoben ist.
- Bitte beachte, dass Du mit dem Video nur Deine Bildübertragung beendest, nicht jedoch die Tonübertragung. Dafür siehe bitte Abschnitt „Mikrophon an/aus“.

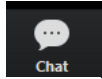
2.8 Chatfunktion

Je nach Gruppengröße kommt vielleicht nicht jeder zu Wort. Es gibt eine Chatfunktion. Dort kannst Du gerne Deine Anregungen und Anmerkungen eingeben.

- Die Chatfunktion findest Du bei Zoom meist unten in der Leiste.



oder



wenn Du hier anklickst geht am Rand ein ergänzendes Fenster auf mit einer Eingabefunktion.

2.9 Screenshots

So schön es ist, lachende Gesichter auch „festzuhalten“, bitte bedenke, dass nicht jeder gerne fotografiert wird. Sei höflich, frag nach. Frag auch nach, wenn Du das Foto benutzen möchtest. Auch beim Online-Lachen gelten z.B. Persönlichkeitsrechte und DSGVO.

3 Tipps und Tricks

3.1 Ist die Anordnung der Teilnehmer/innen bei allen gleich?

Nein, sie ist bei allen unterschiedlich.

3.2 Kann ich zwischen Ansichten wechseln?

Du kannst zwischen  Sprecheransicht und  Galerieansicht wechseln. Probier es einfach aus.

- In der Sprecheransicht siehst Du den, der spricht, größer als die anderen.
- In der Galerieansicht, siehst Du alle gleich groß.

3.3 Was ist der Break-Out Room und was ist das für ein Countdown?

Hier kann auf kleinere Gruppen umgeschaltet werden.

Bevor Du als Trainer/in Deine Teilnehmer/innen in den Breakout-Room entlässt mit einer Übung, sag Ihnen, wer beginnt (z.B. erster Name im Alphabet, den sieht jeder sofort, da die Namen angezeigt werden).

Du erhältst eine Anzeige, kurz bevor Du in die große Gruppe vom Trainer / von der Trainerin zurückgeholt wirst (dann kommt das nicht ganz so überraschend). Dieser Countdown versperrt Dir eventuell die Sicht. Klicke einfach auf „Abbrechen“.

4 Werbefreie Zone

Respektiert bitte den Kundenstamm der einzelnen Trainer und setzt keine eigene Werbung ohne vorherige Absprache in den Chat. Die leitenden Trainer können ihrerseits auf die Verbandsseite hinweisen, auf der die Online-Veranstaltungen der Mitglieder präsentiert werden.

5 Mit gelacht wird auf eigene Verantwortung

Jeder Teilnehmer lacht auf eigene Verantwortung beim ZOOM mit.
Das Lachen ersetzt keinen Arztbesuch oder Therapie.

Viel Spaß beim gemeinsamen Online-Lachen!



Dieser Ratgeber ist Eigentum des Lachverbands, und darf ohne schriftliche Genehmigung weder vervielfältigt, kopiert, heruntergeladen oder anderweitig weitergegeben werden, auch auszugsweise.

Ein Hinweis zur Einsicht auf den Seiten des Lachverbands ist gestattet.

Europäischer Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e.V.

82152 Planegg bei München

Tel. 089 89546961

Handy: 0157 716 24229

www.lachverband.org