

# Checkliste: Videokonferenzen & Teleteaching-Sitzungen durchführen

## 1 Kleider machen Leute: Datenmenge verringern und Störungen vermeiden

- Für Videokonferenzen ist weitgehend einfarbige Kleidung in gedeckten Farben ideal.
- Kleidungsstücke mit Musterungen, z.B. Karos oder Streifen, sollten Sie möglichst bei einer Videokonferenz vermeiden. Sie können eine höhere Datenmenge bei der Übertragung erzeugen oder sogar zu Störungen (wechselnde Farbmuster) führen.

## 2 Der Countdown läuft: Wenige Minuten vor Ihrer Videokonferenz-/Teleteaching-Sitzung

- Wählen Sie eine Kameraeinstellung, die Sie oder andere Anwesende im Raum deutlich anzeigt.
- Stellen Sie sicher, dass das Mikrofon eingeschaltet und nicht stumm gestellt ist.
- Überprüfen Sie die Einstellungen für die Lautstärke der Lautsprecher.
- Halten Sie die Fernbedienung griffbereit, um gegebenenfalls Kamera, Mikrofon und Lautstärke steuern zu können.
- Stellen Sie Ihr Handy stumm und fordern Sie Personen im selben Raum auf, dies auch zu tun.

## 3 Die Verbindung steht: Begrüßung und Test

- Begrüßen Sie Ihr Gegenüber (und stellen Sie sich kurz vor, falls Sie sich nicht kennen).
- Überprüfen Sie die eingehenden Audio- und Videoübertragungen und fragen Sie Ihre Gesprächspartner, ob Sie gut (und möglichst störungsfrei) zu hören und zu sehen sind.

## 4 Der Ton macht die Musik: Mikrofon und Stimme

- Sprechen Sie deutlich und klar in normaler Lautstärke und Geschwindigkeit.
- Dem Mikrofon entgeht nichts. Schalten Sie deshalb das Mikrofon stumm, wenn ein Redebeitrag von einem anderen Standort kommt. Damit können Sie die Übertragung von Störfaktoren durch Räuspern, Rascheln oder durch andere Geräuschquellen verhindern.
- Vermeiden Sie auflockernd gemeinte Zwischenrufe und beiläufige Bemerkungen sowie das gleichzeitige Sprechen mit anderen Konferenzteilnehmer/innen. Da es zu kurzen Verzögerungen kommen kann, bis Ihr Audiosignal bei der Gegenstelle ankommt, können Zwischenbemerkungen zu Irritationen führen und den Kommunikationsfluss stören.

## 5 Sie stehen unter Beobachtung: Der Kamera entgeht nichts!

- Die Kamera überträgt jede Ihrer Bewegungen zu Ihren Gesprächs-/Teleteachingpartnern. Vermeiden Sie deshalb unnötige Hin- und Herbewegungen und das Herumspielen mit Zetteln und Stiften. Sie können damit die anderen Teilnehmer/-innen ablenken.
- Beachten Sie zwischendurch das von Ihnen an die Gegenstelle übertragene Bild und vermeiden Sie Gesten der Ungeduld oder anderer Befindlichkeiten. Sie könnten beim Gegenüber deutlicher ankommen als Ihnen recht ist.

## 6 Entspannen Sie sich! – Sie befinden sich in einer Gesprächssituation, die lediglich durch Technik unterstützt wird.

- Videokonferenz- und Teleteaching-Szenarien gleichen gewohnten Konferenzen und Lehrveranstaltungen, nur, dass Sie sich mit Ihren Gesprächspartnerinnen und -partnern nicht im gleichen Raum befinden.
- Bei Videokonferenzen gibt es keinen direkten Blickkontakt. Sie können diesen aber simulieren, indem Sie möglichst direkt in die Kamera schauen.

## 7 Vermeiden Sie „Pleiten, Pech und Pannen“ – Trennen Sie nach der Konferenz die Verbindung!

## 8 Sie haben noch Fragen?

IT-Support  
Telefon: +49 951 863-1333  
E-Mail: [it-support@uni-bamberg.de](mailto:it-support@uni-bamberg.de)