

Benutzerhandbuch zur idealen Plattformnutzung

für durch Coaches eingeladene *Klient:innen*

Benutzerhandbuch für Klient:innen

Die Sitzungseinladung durch ihren Coach

- Die Sitzungseinladung (Link) kann Ihnen von Ihrem Coach auf verschiedenen Wegen zugesandt werden: z.B. in Form einer WhatsApp-Nachricht, SMS oder klassisch in einer Email (siehe rechts)
- Durch Anlicken des Links (bzw. Buttons) gelangen Sie in den Warteraum der Sitzung (siehe Folgeseite).
- coachingspace funktioniert ohne jegliche Software-Installation – Sie können direkt loslegen!
- Wir empfehlen die Nutzung des Browsers **Google Chrome**, da coachingspace für diesen optimiert ist. Unsere Plattform funktioniert jedoch auch mit anderen gängigen Browsern (wie z.B. Microsoft Edge oder Safari)



Hier klicken und mit **Google Chrome** öffnen* um in den Warteraum zu gelangen



SITZUNG BEITRETEN

Sollte der Button nicht angezeigt werden, können Sie alternativ den Link in Ihren Browser kopieren: <https://app.coachingspace.net/public/df5d36e2-77b4-48ee-8f7a-b3dc92bdc6f3>

Viele Grüße,
das coachingspace-Team



Einladung

Kopierbarer
Link zum
einfügen im
Browser



***Tipp:** Falls Google Chrome nicht als Standardbrowser festgelegt ist, kann der Link unter dem Button kopiert und in Google Chrome eingefügt werden

Benutzerhandbuch für Klient:innen

Die Startseite – Ihr Weg in die Lobby



Technik-Check

Hier haben Sie die Möglichkeit, Ihre Technik zu testen und mögliche Inkompatibilitäten vorab zu erkennen.



Browser-Support

Sie benutzen Google Chrome als Browser. Das ist ideal.



Monitor-Auflösung

Ihr Bildschirm erfüllt die Mindestanforderungen.



Verbindungstest

Coachingspace nutzt zur Synchronisierung Websocket-Verbindungen.
Verbindungstest erfolgreich.

Test
starten



Webcam & Mikrofon (optional)

Ein Zugriff auf Ihre Webcam ist nur notwendig, wenn die integrierte Videokonferenz genutzt wird.
Test noch nicht ausgeführt.

Test
starten

WICHTIG: Falls Sie in Ihrem Browser noch nie Ihre Webcam bzw. Ihr Mikro genutzt haben, müssen Sie hierfür ggf. vorerst eine Freigabe in den Systemeinstellungen erteilen. In der Regel fragt Ihr System hiernach automatisch nach Start des Tests (s. oben)



Lobby betreten

Sie sind dabei die digitale Coaching-Sitzung von **Benjamin Lambeck** zu betreten.

Wenn Sie möchten, können Sie mit Ihrem Namen beitreten. Dieser ist aber optional.

Name

☐ Namen merken

Es ist möglich Ihren Teilnehmernamen für weitere Sitzungen zu speichern.

Lobby betreten

Der automatische Technik-Check coachingspace testet Ihre Systemvoraussetzungen

Manuelle Testmöglichkeiten
Testen Sie Ihre Verbindung sowie Webcam & Mikro

Hier *können* Sie sich einen Namen geben (kann frei bleiben)

Los geht's!

Benutzerhandbuch für Klient:innen

Die Lobby – Sie warten auf Ihren Coach



Lobby

Namen ändern

Sitzung beenden

Aktive Sitzung ▾

- Datenschutz
- Impressum
- Vollbild
- Englisch / english

Lobby

Hier finden Sie weitere Erläuterungen → Hilfe öffnen

Sitzung beenden

Lobby

Sie befinden sich in der digitalen Coaching-Sitzung von **Benjamin Lambeck**.

Ihr Coach hat die Sitzung noch nicht gestartet.

Klicken Sie hier, um Ihren Coach zu benachrichtigen, dass Sie hier sind.

Teilnehmer

Lobby

Erklärung: In der Lobby sind Sie bereits Teil einer Sitzung und warten darauf, dass Ihr Coach Sie auf eine Methode einlädt.

Durch Click erhält Ihr Coach eine Email-Benachrichtigung, dass sie in der Lobby auf ihn warten



Benutzerhandbuch für Klient:innen

Videokonferenz-Einstellungen vor Teilnahme



Videokonferenz

Hintergrundeffekte
(z.B. "unscharf" für
öffentliche Orte)

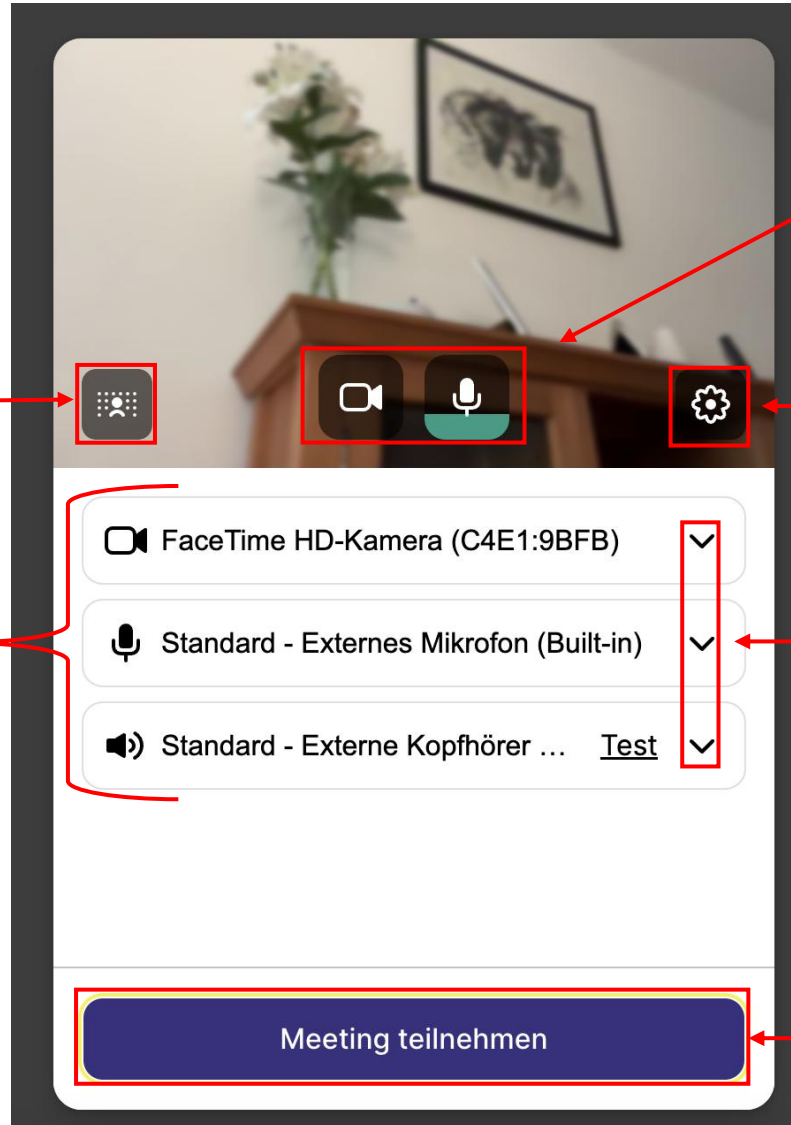
Aktuell ausgewählte
Eingabequellen

Kamera oder Mikrofon
temporär ausschalten

Erweiterte Einstellungs-
möglichkeiten
(s. nächste Seite)

Dropdown-Menüs
für verfügbare
Eingabequellen

Los geht's!

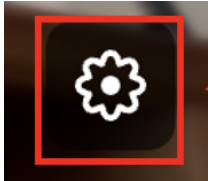


Benutzerhandbuch für Klient:innen

Videokonferenz-Einstellungen (Erweitert)



Videokonferenz



Video & Audio



Ton

 Standard - Externes Mikrofon (Built-in) 

Lautsprecher

 Standard - Externe Kopfhörer (Built-in) Test 

Geräuschreduzierung

Reduziere Hintergrundgeräusche in lauten Umgebungen



HD-Video

HD-Video wenn verfügbar und möglich bevorzugen (benötigt mehr Ressourcen)



Breitbildvideo

Breitbildvideo bevorzugen, wenn verfügbar



Spiegeln

Spiegle dein Video (Selbstansicht)



Effekte



Kein Effekt



Leicht unscharf



Stark unscharf



Hütte



Beton



Backstein



Sonnenaufgang



Tag



Nacht

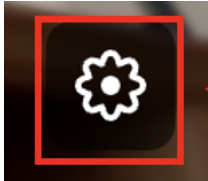
Bild mit ziehen oder klicken
hinzufügen

Benutzerhandbuch für Klient:innen

Videokonferenz-Einstellungen (Erweitert)



Videokonferenz



Allgemein



Sprache

Wähle deine Sprache

Deutsch



Hautfarbe für Reaktionen

Wähle deine bevorzugte Hautfarbe für Emojis



Aktivierung bei
schlechter Internet-
bandbreite empfohlen

Erweitert



Einstellungen vor Meetings bestätigen

Überprüfe und bestätige deine Geräteeinstellungen, ehe du Meetings beitretest



Low-Data-Modus

Begrenze die Stream-Auflösung zusammen mit anderen Optimierungen des Ressourcenverbrauchs



Visuelle Effekte reduzieren

Diese Aktion deaktiviert potenziell teure visuelle Effekte wie z. B. Schatten, Verwischungen und abgerundete Ecken.



Bild-in-Bild automatisch starten

Bild-in-Bild mit der Bildschirmfreigabe starten



Keyboard shortcuts

Enable keyboard shortcuts for common actions

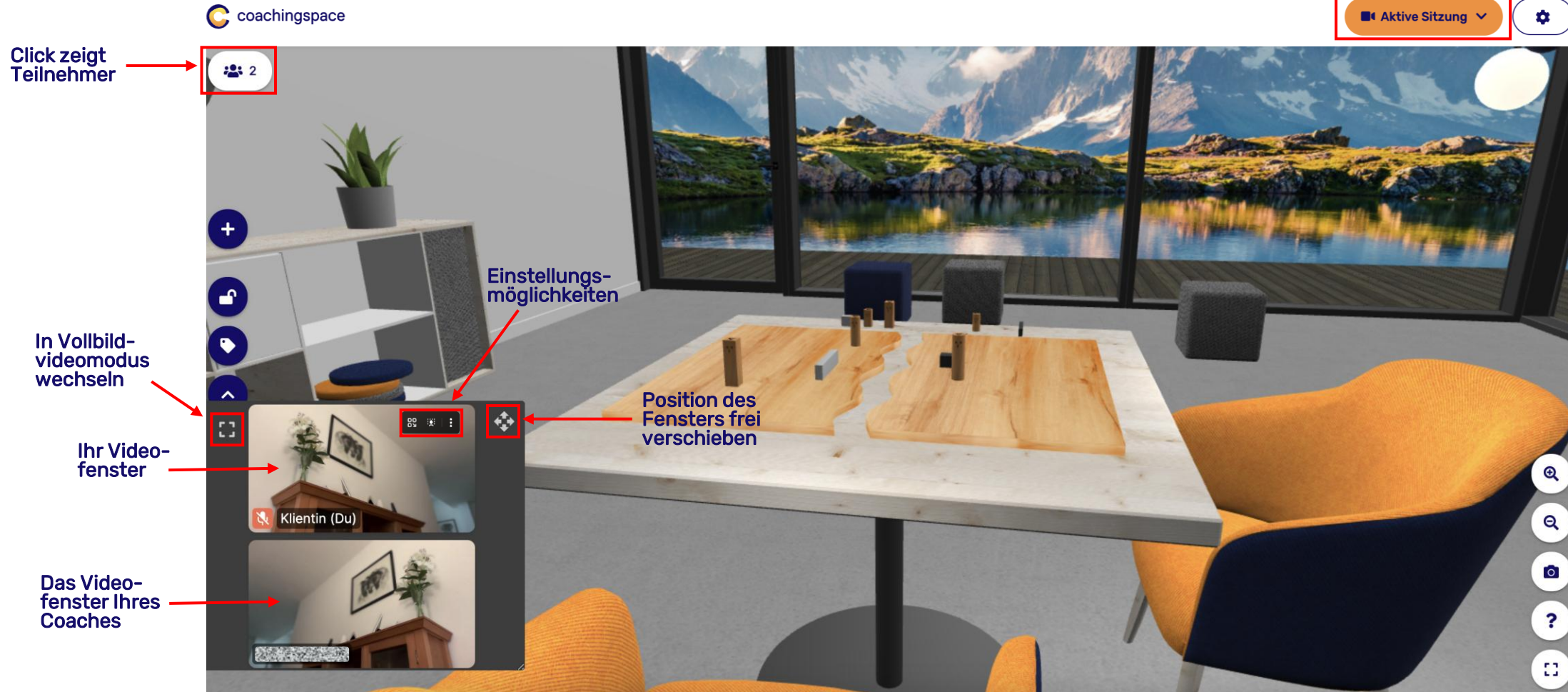


Benutzerhandbuch für Klient:innen

Die Videokonferenz in der Methode (Beispiel Systembrett)



Erläuterung
s. Folgeseite



Benutzerhandbuch für Klient:innen

Der Zwei-Fenster-Modus

- Öffnet Videokonferenz in zweitem, separaten Browserfenster
- Empfohlen, wenn zwei Bildschirme verfügbar, um eine bessere Übersicht zu gewährleisten

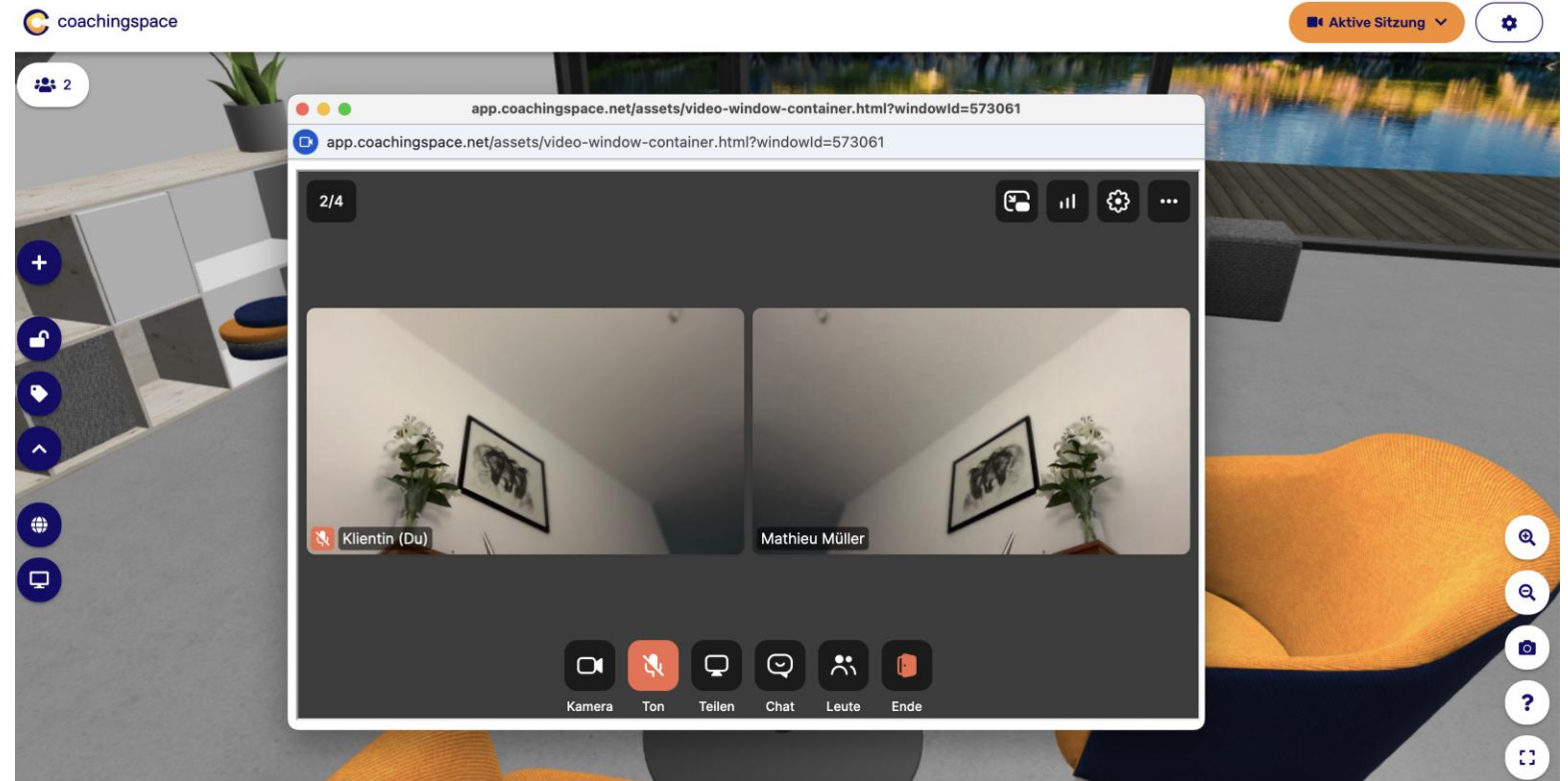
1.

Aktive Sitzung ▾

~ Namen ändern

2.

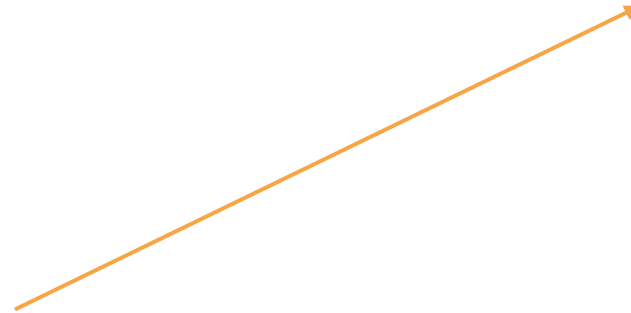
Zwei-Fenster-Modus



Benutzerhandbuch für Klient:innen

Bedienelemente in der Sitzung*

-  Hereinzoomen
-  Herauszoomen
-  Momentaufnahme als Foto herunterladen
-  **Erläuterung verfügbarer Werkzeuge**
(Öffnet umfangreiches Kontextmenü)
-  Vollbildmodus ein- bzw. ausschalten
-  Bearbeitung temporär sperren
-  Meine aktuelle Ansicht als Momentaufnahme für alle Teilnehmer freigeben
-  Element/Figur hinzufügen
-  Element/Figur benennen



Bedienhinweise
 **Kamerasicht teilen**
Teilt die aktuelle Kameraperspektive mit allen Teilnehmern.

Kontextbereich (unten)

 **Objekt veranken / Verankerung aufheben**
Verankert das ausgewählte Objekt mit dem Hintergrund oder hebt diese wieder auf. Verankerte Objekte können nicht verschoben oder bearbeitet werden.

 **In den Hintergrund schieben**
Schiebt das ausgewählte Objekt in den Hintergrund. Andere Objekte werden dieses nun überdecken.

 **Objekt duplizieren**
Kopiert das markierte Objekt.

 **Objekt löschen**
Löscht das markierte Objekt.

 **Radiergummi**
Per Klick lassen sich Objekte vom Whiteboard entfernen.

 **Rechteck**
Zum Zeichnen von Rechtecken mit der Maus.

 **Ellipse**
Zum Zeichnen von Ellipsen mit der Maus.

 **Linie**
Zum Zeichnen von Linien mit der Maus.

 **Gestrichelte Linie**
Zum Zeichnen von gestrichelten Linien mit der Maus.

 **Farbeimer**
Per Klick werden Objekte in der aktuell ausgewählten Farbe eingefärbt.

 **Text**
Per Klick lässt sich ein Textfeld einfügen.

-  Blickrichtung ein- bzw. ausblenden
-  Zwischen Kameraperspektiven wechseln
-  Ich-Perspektive der Figur
-  Figur löschen
-  Figur duplizieren

Zoom in/out: Mausrad drehen bzw. Touchpadgeste

Visuelle Perspektive verschieben: Halten Sie die linke Maustaste auf einem beliebigen Bereich (außer einer Figur) gedrückt und bewegen die Maus bzw. das Touchpad

Figur verschieben: Klicken Sie auf die Form und halten Sie sie mit der linken Maustaste gedrückt, um sie zu verschieben



*Es handelt sich um einen Gesamtüberblick über alle Methoden (nicht jedes gezeigte Bedienelement existiert in jeder Methode)



coachingspace GmbH

Stöcken 7, 42897 Remscheid

Benjamin Lambeck

benjamin.lambeck@coachingspace.net

info@coachingspace.net

www.coachingspace.net