

GUIDELINE

Webinar som
patientrettet
undervisning



SYDDANSK
SUNDHEDSINNOVATION

Webinar som patientrettet undervisning
Oktober 2020

Syddansk Sundhedsinnovation
Forskerparken 10 G + H
5230 Odense M

Syddansksundhedsinnovation.dk

Indhold

1.	Introduktion	4
2.	Det tekniske udstyr	5
3.	Det didaktiske og pædagogiske	10
4.	Det administrative	15
5.	Det organisatoriske	16
6.	En tjekliste til overblik	17
7.	Lad os hjælpe jer klar til webinar	18
8.	Det siger brugerne om webinarundervisning	19
9.	Bilag	26
9.1.	Bilag 1 Trouble-shooting – hvad gør du i fejlsituationer	26
9.2.	Bilag 2: Instruktion til deltagelse i fødselsforberedelse som webinar	28

1. Introduktion

Denne guideline er til dig, der skal i gang med webinar som patientrettet undervisning.

I guidelinen finder du fire temaer: *det tekniske, det didaktiske og pædagogiske, det administrative og det organisatoriske*. Under hvert tema har vi brugt vores egne erfaringer til at videregive gode råd til, hvad er vigtigt at huske, når man skal i gang med at holde webinar som patientrettet undervisning. Online undervisning, eller webinar som det også hedder, er ikke nyt. Men indenfor patientrettet undervisning er det forholdsvis nyt at bruge webinar, som en del af kommunikation til og med patienter.

Guidelinen bygger på erfaringer fra projektet Fødselsforberedelse som webinar. Et projekt der kom i stand som en akutindsats under Covid19 støttet af TrygFonden. Corona-nedlukningen af Danmark betød aflysning af fysisk fødselsforberedelse over hele landet. Dermed mistede de gravide og deres partnere en vigtig del af den danske svangreomsorg.

Syddansk Sundhedsinnovation havde projektledelsen, og projektet skete i samarbejde mellem fødestederne i Region Syddanmark (Sygehus Sønderjylland Sygehus Lillebælt, Sydvestjysk Sygehus og OUH Odense Universitetshospital – Svendborg Sygehus) og Amager og Hvidovre Hospital, Region Hovedstaden. Projektet kørte i perioden 1. maj til 31. august 2020.

En særlig tak skal lyde til TrygFonden for at bidrage med økonomisk støtte til projektet.

En stor tak skal også lyde til alle jer seje jordemødre i projektet, som brænder for at give den bedst mulige fødselsforberedelse til de gravide. Tak, fordi I tog udfordringen op, gik på med krum hals og efterfølgende excellerede i afholdelse af fødselsforberedelse som webinar.

Hilsen Lise Ringkvist, projektleder

Samlingen af råd og tips til afholdelse af webinar som patientrettet undervisning bygger på erfaringer fra projektet Fødselsforberedelse som webinar. Materialet bygger desuden på erfaringer fra kurset Bliv Digital Kompetent, der løb fra 2016-2020 i et samarbejde mellem Syddansk Sundhedsinnovation og UCL Erhvervsakademi og Professionshøjskole, UC Syd, 8 kommuner, Steno Diabetes Center Odense m.fl.

Materialet er udarbejdet af Syddansk Sundhedsinnovation, oktober 2020

2. Det tekniske udstyr

I dette afsnit finder du erfaringsopsamlinger og gode råd i forhold til den tekniske del omkring afholdelse af webinar som patientrettet undervisning.

Hardware - anskaf det nødvendige udstyr til undervisere

Det helt grundlæggende udstyr for at afholde webinar er: Computer/laptop, headset, webkamera og en god internetforbindelse.

Computer/laptop

Det er en fordel at have en laptop (bærbar computer) med et integreret webkamera. Så har man et alternativ til det eksterne webkamera og kan fortsætte sin undervisning, hvis uheldet skulle være ude, og det eksterne webkamera driller.

Headset

Når man afholder online undervisning er det vigtigt, at underviserens lyd går *klart og tydeligt* igennem. At den ikke skratter, runger eller på anden måde er forvrænget. Det er af betydning for kvaliteten af undervisning og det stof, der formidles. Derfor anbefaler vi at investere i et ordentligt headset.

Headset kan være enten med ledning (trådet) eller med anvendelse af trådløs forbindelse såsom *Bluetooth* forbindelse eller *DECT*. Hvis et headset kun skal anvendes til computer, anbefales DECT forbindelse. Hvis man også ønsker at anvende det til mobiltelefon/tablet, skal man vælge Bluetooth forbindelse.

Vi anbefaler at headset har en mikrofon med noise cancelling funktion. Denne funktion gør, at lyd og støj fra omgivelserne sorteres fra.

Et standard headset til telefon, fx Apple headset, kan give *lydproblemer* (fx skrattende eller for lav lyd). Vær opmærksom på at tilsvarende problemer kan gøre sig gældende for deltagere.

Hvis flere sidder og underviser i samme rum er det en fordel at investere i en *konferencehøjttaler*. Det er højttaler og mikrofon i ét, som sættes til computeren. På den måde undgår man rundhyl, dvs. at det ene headset opfanger både mikrofon og højttalerlyd og begynder at runge og skabe ekko.

Eksempler på headset:

[Plantronics B825-M Voyager Focus UC stereo hovedtelefoner](#)
[Jabra Evolve 40 Stereo](#)

Eksempler på konferencehøjttaler:

[Jabra Speak 510](#)

Webkamera

Nogle bærbare computere har *integreret webkamera*. Det kan sagtens bruges, men det kan være en udfordring at opnå den rette vinkel eller at få omgivelser med på billedet (hvis dette ønskes).

Det kan være en fordel at købe et *eksternt webkamera* med min. 1080p (pixels), altså en højere opløsning end på din bærbare computer og evt. også en *Gorillapod/stativ* til webkamera. På den måde opnår du bedre kvalitet og mere fleksibilitet i forhold til kameravisning. Men prøv dig frem og se hvad der virker.

Når du som underviser bruger webkamera, skal du overveje hvordan *vinklen på kameraet* er, og hvor stor en del af omgivelserne webkameraet kan og skal indfange. Forsøg altid at opnå en passende vinkel i forhold til kameraet, undgå at filme dig selv i frø- eller fugleperspektiv. Overvej desuden, hvor tæt på eller langt fra du sidder fra kameraet, og hvor i billedet du er placeret (midtfor eller nede i et hjørne?). Undgå den klassiske fejl at vippe kameraet for langt bagover, så du kun fylder en tredjedel af skærmen mens to tredjedele viser loftet.

Overvej også hvor meget af dine omgivelser, der skal med i kameravisningen, og om du skal bruge dine omgivelser til undervisningen (fx en tavle).

Eksempler på webcams:

[Logitech Webcam C925e](#)

[Logitech Webcam C930e](#)

Eksempler på Gorillapod/stativ:

[Gorillapod 3K Stand](#)

Internetforbindelse

En af de vigtigste elementer i ved online undervisning er *internetforbindelsen*. Ofte skyldes problemer med lyd og billede osv. en dårlig internetforbindelse enten hos underviseren og/eller hos deltageren. Samtidig kan det være en af de elementer, der er sværest at gøre noget ved.

Som underviser kan du med fordel bruge et netværkskabel, da internetforbindelsen i nogle tilfælde er mere stabil ved brug af et netværkskabel end ved en trådløs forbindelse.

Deltageres udstyr

Det der skal til for at kunne deltage i et webinar er udstyr, som de fleste i dag allerede har i hjemmet: En internetforbindelse, en computer, tablet eller smartphone og gerne et headset, så man ikke bliver forstyrret af sine omgivelser. 81% af deltagerne anvendte computer i webinarret.

Software - vælg en egnet platform for afholdelse af webinar

Vi skulle hurtigt i gang med webinarerne, så vi valgte en platform som vi i Region Syddanmark allerede havde gode erfaringer med fra andre projekter med online undervisning til borgere og patienter. For os var Adobe Connect det bedste valg ved projektopstart. Adobe opfylder desuden sikkerhedskrav og overholder persondataloven. Det betyder ikke nødvendigvis, at det er den platform vi fortsætter med. Der er mange muligheder derude, og der kommer hele tiden nye til.

Adobe Connect, er ud fra de erfaringer, der er gjort i projektperioden, et super bud på en platform, som kan alt hvad man har brug for til webinar – og mere til. Platformen har et væld af funktioner, som man kan krydre sit webinar så det bliver mere levende og dynamisk. I projektet har tilgangen til opsætning og afholdelse af webinar i Adobe Connect været, at holde det så enkelt som muligt.

Manualer, guides og support

Manual til troubleshooting

Når der opstår tekniske udfordringer undervejs – og det vil der gøre, uanset hvor velforberedt man er - er en manual med gode råd nyttig. Vi har skrevet en lille manual med løsninger på typiske udfordringer. Det er en god idé at give nogen ansvaret for at holde listen opdateret, efterhånden som I får jeres egne erfaringer. Til inspiration viser bilag 1 nogle af de bedste råd fra webinarer i Syddansk Sundhedsinnovation.

Trin-for-trin guide til oprettelse af webinar

Adobe Connect stiller selvfølgelig en manual til rådighed i forbindelse med køb af licens til deres platform, men vi valgte at udarbejde vores egen lille trin-for-trin guide til opbygning af et simpelt webinar i Adobe Connect. Denne trin-for-trin guide gennemgik vi på en workshop for de kommende undervisere. I store træk handlede workshoppen om at lære mødelayout at kende, i den udstrækning der var behov for til opgaven. Dermed fik de kommende webinarundervisere kompetencerne til at opbygge og redigere deres egen webinarpræsentation. Se mere i nedenstående afsnit om workshoppen.

Det er vigtigt at underviserne bliver fortrolige med det tekniske inden den brugerrettede undervisning starter, herunder, at de har support i opstartsfasen. Jeg synes det har fungeret fint i projektet - men det er en del af konceptet som bør prioriteres grundigt, ellers falder konceptet med webinar helt til jorden.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Support-hotline i den gode sags tjeneste

Da der var tale om et akut behov hos mange gravide, var det vigtigt at prioritere teknisk support til patienter og pårørende, hvis en deltager oplevede problemer undervejs. Derfor valgte vi at bruge en del ressourcer på at yde teknisk support. I instruktionerne for log ind m.m. opgav vi to mobilnumre, hvor deltagere kunne henvende sig op til og under et webinar. Der var ikke tale om professionel teknisk support, blot om en "telefonvagt" som kan svare på gængse problemstillinger omkring online undervisning.

Langt de fleste problemer blev løst ved at deltagerne logger af og på igen, hvis billedet fryser og at brug af headset giver bedre lyd. Det lyder simpelt, men kan redde dagen for en deltager, som har set frem til at deltage i et webinar.

Workshop – læg grundstene sammen

Vi indledte med en workshop for de kommende undervisere. Det var centralt at jordemødrene følte sig trygge ved teknikken, så de kunne koncentrere sig om at formidle fødselsforberedelse til de gravide.

Projektleder, Syddansk Sundhedsinnovation, Region Syddanmark

Efter valg af webinarplatform er det en god investering at sætte ressourcer af til en workshop for dem, der skal undervise.

Programmet for workshoppen havde primært fokus på at gennemgå de mest anvendte og mest simple funktioner i den valgte platform Adobe Connect - og prøve dem af. Hver deltager brugte egen PC hvor Adobe Connect var installeret og alle fik fingrene på tastaturet, og øvet sig i opsætning.

Det var rigtig godt givet ud at afholde den regionale workshop med alle de undervisende jordemødre; jeg oplevede glade og entusiastiske jordemødre efter dagen, som kastede sig ud i den nye opgave med undervisning via kamera og skærm. De fik en god ballast med sig, som jeg mener er uundværlig i et projekt som dette.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Keep it simple! Det er vigtigt at holde opsætningen af webinarret enkelt. De fleste webinar-platforme har en hel masse funktioner, som man slet ikke har brug for – eller kan overskue – når man er ny i kunsten at afholde webinar. Når du bliver mere rutineret kan du altid bygge mere avancerede funktioner på, som f.eks. at afspille en kort video under webinarret. I projektperioden har de fleste undervisere dog valgt, at opretholde den simple opsætning de opbyggede på workshoppen.

Et webinar er onlineundervisning – ikke en videokonference

Det kan være fristende at lave et set-up, hvor alle deltagere er med på video. I projektet overvejede vi det også, fordi det giver et set-up som umiddelbart ligner det, jordemødrene var vant til fra fødselsforberedelse med fysisk fremmøde. Tanken blev dog hurtigt lukket ned, efter at have testet det med blot otte deltagere. Det giver ganske enkelt for meget uro både visuelt, teknisk og lydmæssigt - særligt set i lyset af, at underviser har lagt et program for hvad han/hun skal nå at gennemgå.

Derfor valgte vi at fødselsforberedelse som webinar foregår efter følgende definition: *Det er kun underviseren, der er på med kamera og lyd, mens deltagere kan se og lytte med samt skrive i chatten.* Det har fungeret godt, og deltagerne evaluerer formen positivt til formålet.

Deltagernes stemme ligger i chatfunktionen, som er et vigtigt element når det kommer til at gøre webinarer levende. For at få succes med chatten kræver det, at underviser kan et par tricks, der giver liv i chatten – se mere om det i afsnittet ”Det didaktiske”, hvor du finder gode råd til den undervisningsmæssige del omkring webinarer.

Optag webinarer til deltagerne

Mange platforme har en optagefunktion og flere har endda en funktion, så du kan sætte kode på optagelsen, så det kun er dem, der har fået tilsendt link til optagelsen og en kode der kan tilgå det.

I projektperioden blev langt de fleste webinarer optaget og lagt tilgængelige for deltagerne. Det er en funktion, som mange deltagere efterfølgende har rost meget. De er glade for at kunne gense webinarer, enten alene eller sammen med deres partner. At optage webinarer kan også have værdi for undervisere, som kan se egen undervisning igennem og selvevaluere - eller kan dele det med andre undervisere, der så kan få inspiration. Her er det vigtigt, med tydelig anvisning til deltagerne, hvor de efterfølgende kan finde de afholdte webinarer.

3. Det didaktiske og pædagogiske

I dette afsnit finder du erfaringsopsamlinger og gode råd om den didaktiske og pædagogiske del omkring webinar som patientrettet undervisning.

Undervisning foran et kamera

Der er ting som er anderledes ved undervisning foran kamera i forhold til undervisning med fysisk fremmøde. Heldigvis er der også elementer som er de samme.

Det er generelt en rigtig god ide at stå op når man underviser eller præsenterer noget, og det gælder også ved webinar. Det giver lidt mere liv i kroppen og du virker mere "på". Derudover skal du selvfølgelig huske at tale tydeligt og ikke for hurtigt. Lav gerne kunstpauser så deltagerne har tid til at lade dit budskab bundfælde sig.

Jeg oplevede en nervøsitet fra min side, idet jeg synes, at tanken om at skulle sidde foran et kamera var grænseoverskridende.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar



Noget af det som er anderledes er, at du ikke kan se deltageres reaktioner. Du får ingen direkte respons på det, du siger. Du kan f.eks. ikke kigge dem i øjnene

og se om de er med. Vær forberedt på det – øv dig i at tale webinarret igennem uden direkte feedback fra deltagere.

Det var svært at vide, om deltagerne forstod eller var med på det man sagde. De store øjne, undrende blikke og nikkene undervejs manglede vi.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Brug chatfunktionen og polls til at involvere deltagerne

Det kan virke grænseoverskridende at stå og tale ind i et kamera i 1½ time, hvis du ikke er vant til det. Det kan hjælpe at få lidt liv i chatten, så du fornemmer at deltagerne er med på chatten med spørgsmål og svar.

Deltagerne spørges om helt konkrete ting, som de kan svare på. Hvornår har du termin? Er det første barn?

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Når du som underviser har stillet et spørgsmål, er det vigtigt at give deltagerne lidt tid til at skrive deres svar i chatten. Deltagere kan også blive inspireret til at skrive lidt mere, når de ser andres svar. Det kan give en god dynamik på webinarret.

Jeg har startet webinarret med at spørge, om de sidder alene eller har partner med. På den måde har de i hvert fald lige fået kendskab til hvordan chatfunktionen fungerer, og således tænker jeg, at der har været fri mulighed for at spørge løs.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Du kan også løbende spørge "Giver det mening for jer?" "Har I spørgsmål til det jeg lige har sagt?", "Er I med?" osv.

Afstemninger - polls engagerer og involverer

Langt de fleste webinar-platforme har en såkaldt pollingfunktion. I denne funktion kan du afholde afstemninger blandt deltagerne. Polls involverer deltagerne og skaber variation hvor deltagerne bliver hørt. En afstemning eller to i løbet af webinarret bidrager til at fastholde deltagernes interesse og engagement.

Fysisk opsætning af rum til afholdelse af webinar

Undervisners forberedelse af lokalet er anderledes ved webinar end ved undervisning med fysisk fremmøde. I tjeklisten finder du en huskeliste til selve undervisningsdagen baseret på projektets erfaringer.

Hvem er dine deltagere og hvor digitalt kompetente er de?

Det er vigtigt at holde sig for øje, hvor digitalt kompetente dine kommende webinardeeltagere er. Tænk på aldersfordelingen, er det primært unge, ældre eller

er det en gruppe med spredt aldersfordeling. Hvor meget tid og hvor mange ressourcer du skal bruge på instruktion og teknik afhænger af deltagernes digitale kompetencer.

Patientgruppen gravide er forholdsvis digital kompetent. Der er tale om gravide kvinder i den fødedygtige alder, alle er vant til at bruge en computer, og de er stort set alle i besiddelse af en computer og en smartphone – så her var vi godt hjulpet.

Projektleder, Syddansk Sundhedsinnovation, Region Syddanmark

Når du udarbejder instruktion til deltagerne, er det vigtigt at materialet er letforståeligt og ikke alt for teknisk. I projektet udarbejdede vi en instruktion til webinar deltagerne i form af en pdf, som de fik tilsendt ved tilmelding. Instruktionen er udarbejdet af en person, som ikke har en teknisk baggrund, og de gravides positive evaluering af dette materiale tyder på, at det er en rigtig god strategi.

Instruktionen bestod af:

- Kort definition af hvad et webinar er
- Gode råd til et succesfuldt webinar
- Link til det online møderum, hvor webinarret afholdes
- Trin-for-trin instruktioner til download af program og log ind
- Telefonnummer som deltagere kunne ringe til i tilfælde af tekniske problemer

I bilag 2 kan du se det materiale deltagerne fik tilsendt.

Hvor lang tid varer det gode webinar

Erfaringerne i projektet peger på, at det gode webinar om fødselsforberedelse varer 1½ time. Det er vigtigt, at tænke på målgruppen når man vælger hvor lang tid webinarret skal tage. De fleste undervisere afholdt webinarer på 1½ time inklusiv en kort pause halvvejs undervisningen.

Hvor mange deltagere er optimalt på et webinar

På det fleste platforme kan der logges op til 100 deltagere på et webinar. I projektet startede vi forsigtigt ud med max 25 tilmeldte deltagere. Behovet var dog større og vi skruede hurtigt op til max 40 deltagere. Det har undviserne fint kunne håndtere. Netop vores målgruppe "gravide" blev også ofte forhindret og derfor oplevede vi sjældent, at alle tilmeldte deltagere på. Anbefalingen må herfra lyde, at deltagerantallet bør følge behovet.

Skræddersy din præsentation til webinar

Selvom vi i afsnittet om det tekniske anbefaler at opsætningen af webinarpræsentationer bør være enkel, behøver den ikke være kedelig.

Jordemødrene fortæller, at de har brugt meget tid på er deres præsentationer.

Flotte inspirerende billeder og forklarende figurer bidrager til at fastholde deltagerenes interesse, når de nu ikke har et levende menneske foran sig i rummet. *Vi husker ganske enkelt bedre, hvis der er sat billeder eller figurer på det, der bliver sagt. Mange af jordemødrene har også anvendt en del rekvisitter under afholdelsen af webinarer.*

Den gode præsentation skal bidrage til at fastholde deltagernes interesse, og hjælpe deltagere med skabe overblik omkring det, du som underviser taler om. Sidst men ikke mindst, skal den gode præsentation hjælpe dig som underviser med at bevare overblikket undervejs.

Det er en god støtte at lave et godt manuskript eller gode noter til hvert slide i præsentationen. Når du har afholdt webinarer et par gange, så flyder det mere af sig selv – ligesom ved almindelig undervisning.

The screenshot shows a webinar interface with the following elements:

- Slide Title:** Dagens program
- Spørg undervejs:** Vi holder små afstemninger løbende og chatten er åben for spørgsmål
- Sub-topics:**
 - Hvordan starter fødslen? (Accompanied by an image of a person running)
 - Tiden derhjemme (Accompanied by an image of a red house)
 - Smerte-håndtering (Accompanied by an image with the word 'breathe' written in cursive)
- Video:** A live video feed of the presenter, a woman with blonde hair wearing a red patterned top.
- Attendees:** A list showing 19 attendees, including hosts and participants.
- Chat:** A chat window for everyone.

Ovenstående er et godt eksempel på, hvordan en guidende og flot præsentation kan være med til at understøtte underviseren.

Webinar amning og den første tid - Adobe Connect

Meeting

Webinar amning og den første tid.pptx

AMMESTILLINGER

I kan amme på en masse måder dog vigtigt at huske:

- Barnets mave vender mod mors mave
- Næse ud foran brystet, så barnet skal løfte hovedet en smule
- Laid Back
- Ved smerter – tjek stilling og teknik
- Opmærksomhed på barnets mund og svøb

AMMESTILLINGER

Video (1)

Gravidwebinar 2

Chat 6 (Everyone)

anbefaler man slet ikke at give barnet andet end brystet. I skal stole på at barnet, selvom den sutter hyppigt, får hvad den skal have gennem brystet - altså også selvom den melder sig flere gange i timen.

Gravidwebinar 2 2: Brystet kan som sådan ikke tømmes, det kalder man det bare. Barnet skal nok vise jer, hvis den ikke er tilfreds og vil til det andet bryst

Ovenstående billede viser, hvordan jordemoderen på bedste vis har fået tekst og billeder til at spille sammen med brug af rekvisitter.

Webinar afholdes live og det kræver forberedelse

Noget af det, som gør webinar til et godt supplement for undervisning med fysisk fremmøde er, at det foregår live – præcis som almindelig undervisning. Netop fordi du er live, er det vigtigt at øve webinarer inden det går løs for åben skærm. Dels for at få "smagt" på ordene, som skal passe til din præsentation dels for at afprøve og få styr på teknikken i forhold til lyd, kameravinkel, lys i rummet osv.

I projektet har vi brugt konceptet "wingman". En wingman er en anden webinarunderviser, som assisterer den primære underviser. Wingman holder styr på chatten og kan springe til ved eventuelle tekniske problemer. For nogen er det rart at være to de første gange, andre har ikke brug for det. Det er værd at tage med, at der ligger god læring og inspiration i at følge hinandens webinar. I begyndelsen af projektperioden skiftede nogle jordemødre roller halvvejs inde i undervisningen. Dermed fik deltagerne også et nyt ansigt.

Det var rigtigt godt at have en hjælper med til at styre chatten og svare på spørgsmål. Det gjorde en stor forskel. Jeg har også haft rollen som hjælper, og følte personligt jeg fik meget ud af at høre hvilke teknikker den anden underviser brugte.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

4. Det administrative

I dette afsnit finder du erfaringsopsamlinger og gode råd om den administrative del omkring webinar som patientrettet undervisning.

Tilmelding og registrering

Inden for rammerne af sundhedsvæsenet skal vi som udgangspunkt altid bruge patienters cpr. nr. Det er derfor vigtigt, at det system man anvender til tilmelding er GDPR sikret. Derudover skal man sikre sig, at det er muligt at trække lister med de data man efterfølgende måtte få brug for. For eksempel cpr. nr. til registrering af patienter i andre systemer eller lignende, eller e-mails til udsendelse af evaluering.

I projektet har vi anvendt Region Syddanmarks kursusportal Plan2learn. Det er blevet tydeligt, at når man kører mange hold skal det bagvedliggende administrative set-up fungere. Det er en fordel at automatisere så mange arbejdsgange som muligt. For eksempel at deltagere får link til deltagelse på platformen ud samtidig med bekræftelsen på tilmelding.

Det er en god ide at alliere sig med en dygtig sekretær til at hjælpe med det administrative.

Chefjordemoder i projektgruppen

Vi har forsøgt at gøre det nemt at finde og tilmelde sig webinarer – hvilket er vigtigt, hvis man ønsker at brede det ud til så mange som muligt.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Opfølgning og evaluering

Hvis man afprøver webinarformen som noget nyt er det anbefalelsesværdigt at lade deltagere evaluere på webinarer. Vi har i projektperioden sendt spørgeskema med evaluering ud til alle deltagere. Det har givet mange friske input til den fremadrettede indsats både om indhold, administration og organisering af webinarerne.

En evaluering giver også eventuelle utilfredse deltagere mulighed for at komme af med det, de måtte have på hjertet – og det er aldrig en dårlig ting. Bag enhver frustration ligger en bristet drøm, og det kan man også lære noget af.

Har man planer om at sende en evaluering ud til sine deltagere, er det en god idé at spørge om tilladelse til dette allerede ved tilmelding, alternativt kan man i teksten, som beskriver webinarer indskrive en disclaimer a la:

Vi forbeholder os ret til at sende dig et kort spørgeskema, når du har deltaget i webinarer. Vi håber, du vil hjælpe os med at evaluere. På forhånd tak.

5. Det organisatoriske

I dette afsnit finder du erfaringsopsamlinger og gode råd om den organisatoriske del omkring webinar som patientrettet undervisning.

Hvor skal man starte – hvis man ikke har prøvet at holde webinar før?

Det bedste udgangspunkt for at holde webinar er et identificeret behov. *I projektet var driveren for at komme hurtigt i gang med webinarer det akutte behov, som de gravide stod med efter at al fødselsforberedelse blev aflyst i foråret 2020.*

Når man er helt sikker på, at der er et behov for et webinar er næste skridt at finde de rigtige undervisere. Det skal være personer, som er vant til at undervise i emnet, dvs. de har fagligheden på plads. Og så skal de brænde for at formidle emnet til patienterne. En fordel er også, at de har lidt teknisk snilde og godt kan lide at prøve noget nyt.

Opbakning fra ledelsen

Det burde ikke være nødvendigt at skrive, men opbakning fra ledelsen er en vigtig del af at få succes med afholdelse af webinar.

Der vil opstå behov i forberedelsesfasen og også undervejs, hvor det er vigtigt med en ledelse, der kan handle hurtigt på henvendelser fra tovholder eller undervisere.

Hvad koster det

Det mest ressourcekrævende i afholdelse af webinar er forberedelsen, både i forhold til rekruttering og registrering af deltagere, oplæring af undervisere i webinarplatform, undervisers forberedelse af materiale og det at øve webinarer godt igennem.

Anskaffelsen af udstyr er ikke noget, der bør vælte budgettet. De fleste større organisationer har allerede laptop og internetforbindelse, som kan stilles til rådighed og et godt webkamera kan fås til lige under 1.000 kr. og et egnet headset bør ikke koste over 1.500 kr.

Når man først er i gang, er webinarer ikke mere ressourcekrævende end almindelig undervisning med fysisk fremmøde. Flere jordemødre peger rent faktisk på, at det kan være ressourcebesparende at implementere webinarer som en del af paletten med fødselsforberedende tilbud til gravide.

6. En tjekliste til overblik

Tjekliste til tovholder

Hardware

- PC eller bærbar
- Headset
- Webkamera og gorillafod
- Stabil internetforbindelse

Software

- En digital platform til afholdelse af webinar

Kompetenceudvikling

- Workshop om afholdelse af webinar
- Materiale til undervisere i form af manualer og guidelines

Teknisk support

- Et telefonnummer som deltagere kan ringe til ved tekniske problemer (hvis ikke man har en wingman)
- Telefonnummer på teknisk support hos leverandøren af platformen – til underviser

Rekruttering og tilmelding

- Annoncering af webinar
- Opsætning i tilmeldingssystem

Materiale til deltagere

- Instruktion i pdf. format
- Optagelse af webinar til udsendelse til deltagere

Tjekliste til underviser

Nedenstående tjekliste kan hjælpe underviser med at huske de elementer, der skal være styr på i lokalet på selve dagen for webinar

- Et uforstyrret rum med god netforbindelse, gerne via netværkskabel
- PC eller laptop tilsluttet strøm
- Eksternt webcam på fod tilsluttet PC
- Headset evt. trådløst tilsluttet PC
- En god baggrund – ikke for mange forstyrrende elementer eller modlys
- Navnet på møderummet, hvori webinarer foregår
- Præsentation
- Rekvisitter, en flipover, etc.
- Vigtige hjælpedokumenter, fx denne guide, troubleshooting-manual mv.
- Post-it på PC-skærmen med reminder om at optage webinar
- Notesblok og pen
- Vand og en pakke halspastiller – det er hårdt for stemmen 😊

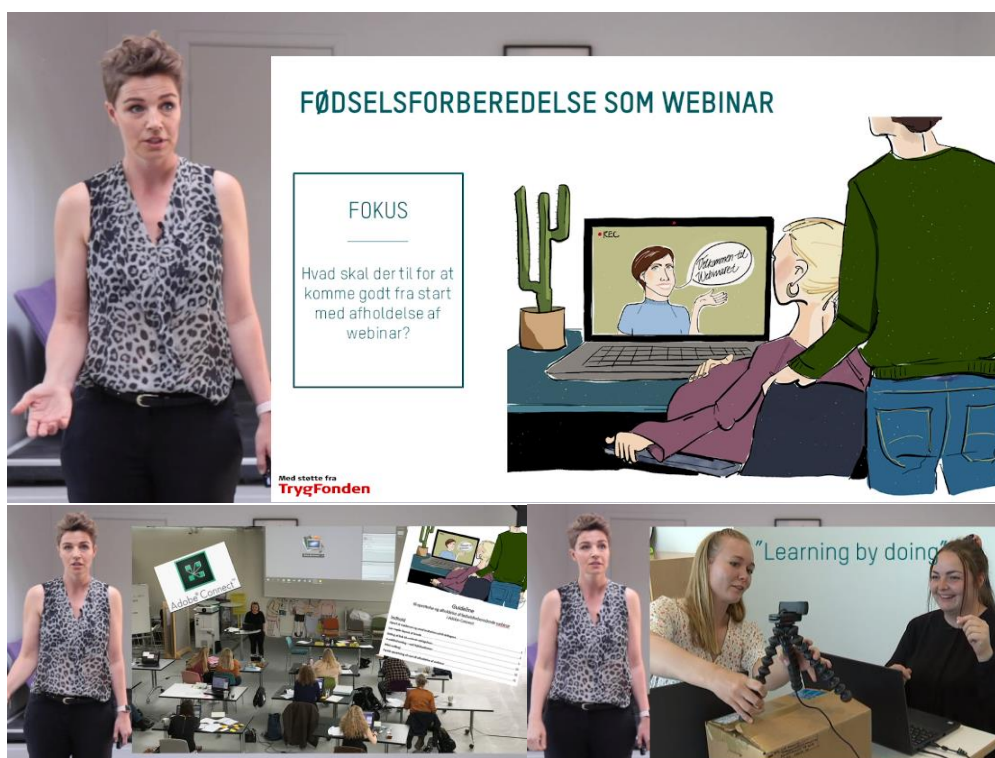
7. Lad os hjælpe jer klar til webinar

Hvis du efter læsning af denne guideline til webinar som patientrettet undervisning er blevet inspireret, og har lyst til at høre mere om hvordan I bliver klar til webinar, kan du kontakte Syddansk Sundhedsinnovation.

Kom flyvende fra start med en workshop eller et inspirationsoplæg

Syddansk Sundhedsinnovation har haft projektledelsen i projektet Fødselsforberedelse som webinar og vi kommer gerne ud og hjælper andre godt i gang med at afholde patientrettet undervisning.

Vi kan blandt andet understøtte i form af workshop om webinar eller et inspirationsoplæg baseret på vores erfaringer om, hvad der skal til for at komme flyvende fra start med afholdelse af webinar som patientrettet undervisning.



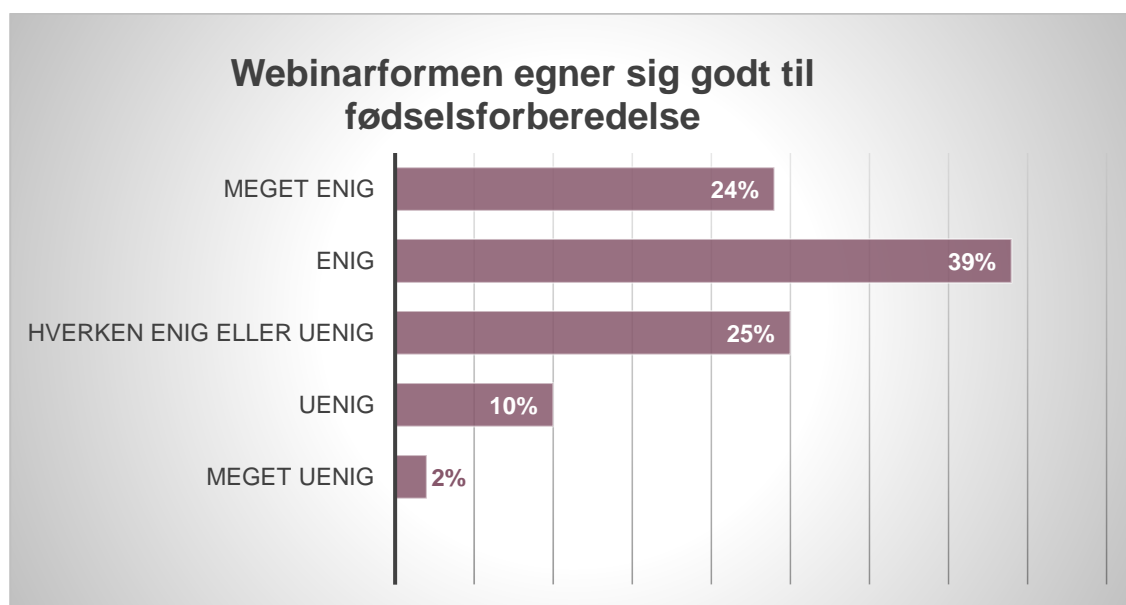
For en uforpligtende snak og eventuelt tilbud kontakt projektleder i Syddansk Sundhedsinnovation: *Lise Ringkvist, Projektleder i Digital Innovation, mobil: 29248981 eller e-mail: lru@rsyd.dk.*

8. Det siger brugerne om webinarundervisning

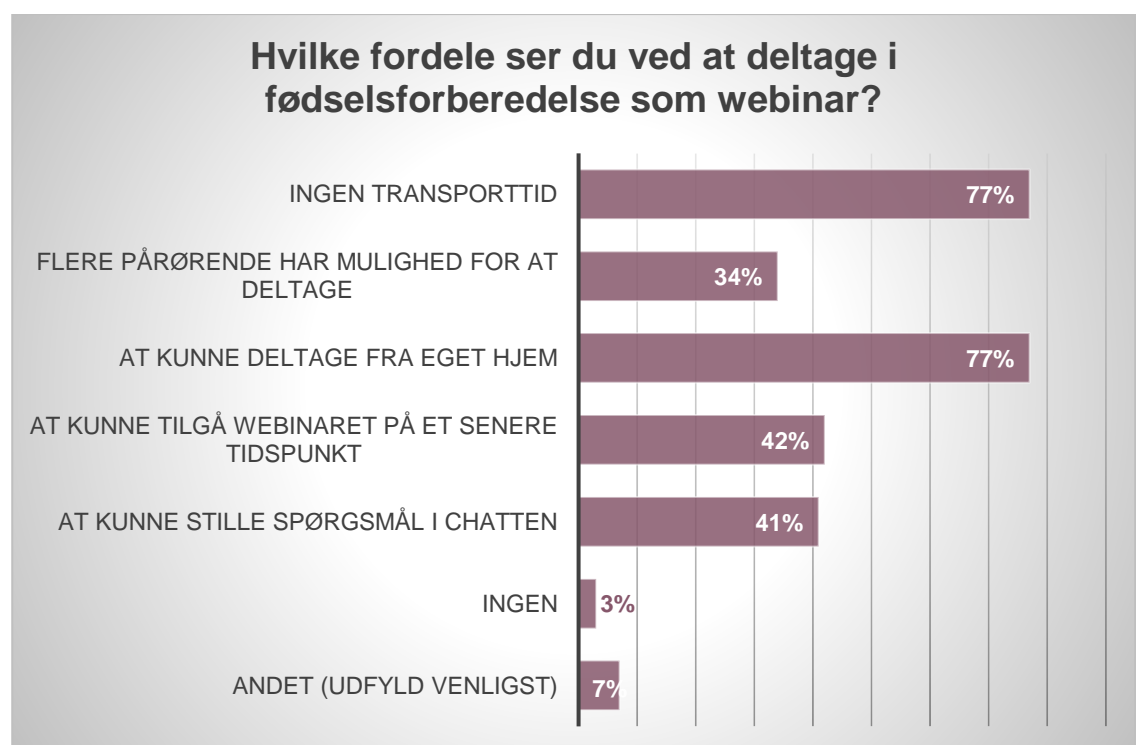
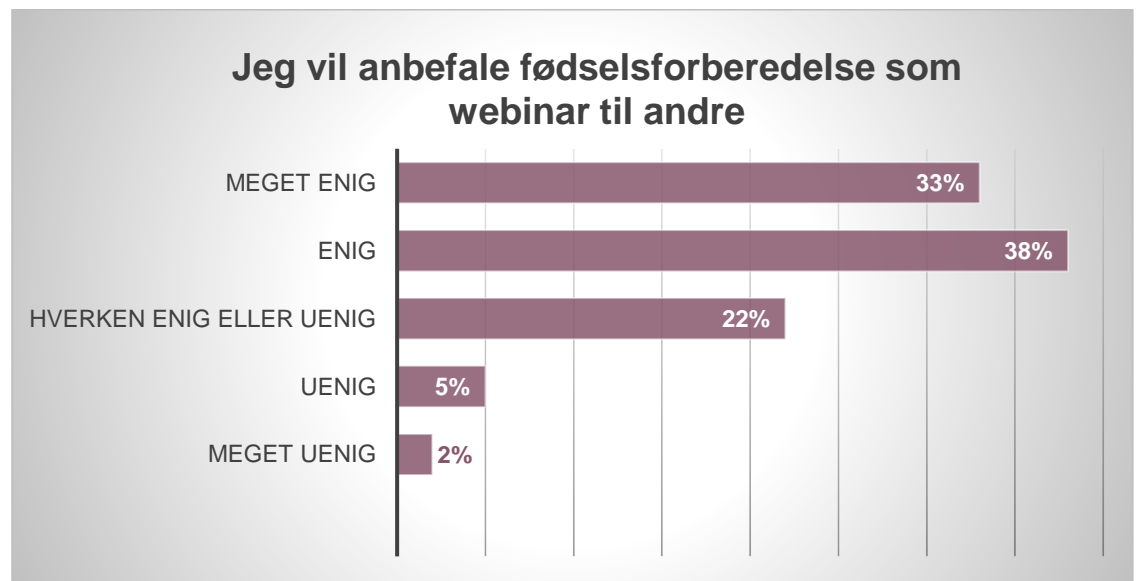
I dette afsnit får du et kig ind i, hvad gravide og jordemødre synes om fødselsforberedelse som webinar. Vi belyser nogle af gevinsterne og kommer ind på hvad deltagere og de undervisende jordemødre ser af fordele og ulemper ved at afholde patientundervisning som webinar.

Hvad siger deltagere

I projektperioden på tre måneder har der været afholdt over 100 webinarer med i gennemsnit 25 deltagere. Deltagerne er i et kort spørgeskema blevet spurgt til deres oplevelse med at deltage i fødselsforberedelse som webinar.



Som ovenstående figur viser er meningene delte i forhold til hvorvidt webinarformen egner sig til fødselsforberedelse. Størstedelen af deltagerne er dog positive og den generelle tilfredshed afspejler sig i nedenstående figur, som viser at 71% af deltagerne vil anbefale fødselsforberedelse som webinar til andre.



Flere deltagere nævner det som en fordel, at kunne tale frit med sin partner under webinarret uden af forstyrre andre. At slippe for transport tid er også en af de fordele som vurderes højt.

Noget af det webinarformen kan, er at den giver muligheden for at være anonym og kunne stille spørgsmål via chatten, hvilket appellerer til de mere indadvendte gravide og deres partnere.

Flere deltagere nævner det som en fordel at webinarret blev optaget og lagt tilgængeligt så de kunne gense det.

Nemmere at få til at passe i forhold til arbejde.

Deltager på webinar

Fleksibelt og komfortabelt... Det at man ikke skulle gøre sig selv klar for at tage ud og møde andre mennesker, når overskuddet og energien ikke lige var der. Her var det perfekt at kunne deltage fra egen stue og samtidig spise osv.

Deltager på webinar

Det lå på et fint tidspunkt på eftermiddagen og man behøvede ikke skulle møde op sammen med en masse andre, hvis man ikke lige har en god graviditetsdag.

Deltager på webinar

Mega fedt

Deltager på webinar

Det passede perfekt til mig, da jeg ikke er god til at spørge ved personligt fremmøde, det er nemmere over nettet.

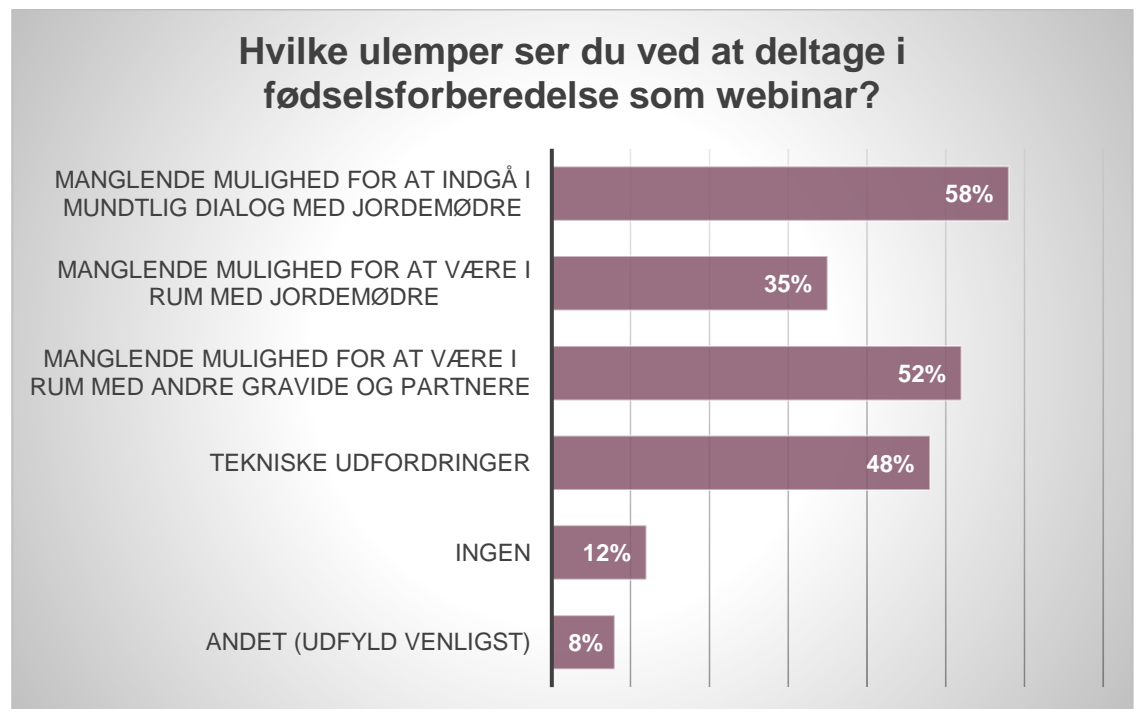
Deltager på webinar

Hvis du har en travl hverdag eller er 2. gangs fødende, er det en super måde at få opsummeret forberedelsen på.

Deltager på webinar

I de her covid-19 tider er det jo klart en fordel. Men var der mulighed for et personligt fremmøde. Ville vi foretrække dette.

Deltager på webinar



Andre deltagere er mindre begejstrede, og nævner at de savner at mødes med andre gravide, og at de til enhver tid vil foretrække fødselsforberedelse med fysisk fremmøde.

Det har aldrig været meningen at fødselsforberedelse som webinar skulle kunne erstatte fødselsforberedelse med fysisk fremmøde. Det var en akutindsats i sommeren 2020 - og nu hvor fødselsforberedelse som webinar er i drift, indgår de som en del af de tilbud de gravide kan vælge.

Projektleder, Syddansk Sundhedsinnovation, Region Syddanmark

Deltagelse i webinar kan også være en barriere for dem, som ikke er teknisk velfunderet, eller på anden måde har brug for det fysiske møde for at føle sig velinformeret og tryk i forløbet.

Det virker meget upersonligt

Deltager på webinar

Tekniske udfordringer - jeg havde flere gange problemer med lyden, hvorfor jeg måtte logge ind og ud et par gange. Det var platformen og ikke jordmodernes skyld

Deltager på webinar

Hvad siger undervisere og cheffjordemødre fra projektgruppen

I projektet har fem fødeenheder rundt om i landet afholdt fødselsforberedelse som webinar. Projektet og de positive erfaringer og sporbare gevinster betyder at fødselsforberedelse nu indgår som en del af tilbuddene til gravide på fødeenhederne i Region Syddanmark.

Webinar har været en fantastisk god måde at nå de gravide og deres partnere i en tid, hvor vi ikke kunne lave fremmødeundervisning. Der var meldinger fra personalet på føde- og barselgang, at de både kunne mærke, hvordan familierne, der ikke havde fået fødselsforberedelse var mere usikre end normalt, og at det så hjalp da der kom webinarer.

Cheffjordemoder i projektgruppen

Parrene har selv sagt at det var rart for dem at de kunne være derhjemme i vante omgivelser, og at partneren havde nemmere ved at være med. Det var nemt og "smertefrit" for dem at stille spørgsmål og at det var rigtig rart at få tilsendt et link med dagens undervisning, så de kunne gense det. Jeg er især enig med fordel om at de har nemmere ved at stille spørgsmål, og at det er gavnligt for dem at gense undervisningen.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

jeg synes godt der kunne have været mere gang i chatten og i spørgsmål jeg kunne have gennemgået højt med alle deltagerne. Jeg kan dog forestille mig, at det måske er nogle andre der kunne finde på at stille spørgsmål, når de ikke sidder foran en masse mennesker.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Det var rigtigt godt at have en hjælper med til at styre chatten og svare på spørgsmål. Det gjorde en stor forskel. Jeg har også haft rollen som hjælper, og følte jeg personligt fik meget ud af at høre hvilke teknikker den anden foredragsholder brugte.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Potentialet i fødselsforberedelse som webinar

Flere cheffjordemødre melder ind at de vurderer, at fødselsforberedelse som webinar kan være ressourcebesparende som supplement til de eksisterende

tilbud, Blandt andet giver webinar mulighed for at komme ud til mange gravide på kort tid, og mulighed for at undervise i forskellige og skiftende emner med udgangspunkt i de gravide familiers ønsker.

Generelt er der et stort udviklingspotentiale omkring webinarformen og projektgruppen melder tilbage med flere tiltag som de vil prøve af i den kommende tid.

Jeg tror, at vi skal prøve nu med at lave fødselsforberedelses-webinar med tolk på forskellige sprog, som videooptages og så senere kan bruges som oplæg til individuel opfølgning i jordemoderkonsultationen. Den undervisning kan udarbejdes sammen med tolke og måske andre, der har indblik i kulturen hos dem, der har det pågældende sprog.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Jeg ser det største potentiale i de mere nicheorienterede formidlingsopgaver: altså der hvor man er få der samles om en mindre fælles ting. Jeg er blevet inspireret til, at vores organisation kan bruge det andre steder også hvor vi formidler det samme igen og igen. Eksempelvis kunne webinar bruges til at informere om igangsættelsesmuligheder. Det kunne også bruges som fødselsforberedelse til vores hjemmesengeliggende/indlagte gravide der er immobile.

Vicechefjordemoder i projektgruppen

Webinar kunne også være gavnligt for sårbare kvinder som ikke tåler mange mennesker på én gang og er trygge ved hjemlige vante omgivelser.

Jordemoder og underviser på fødselsforberedelse som webinar

Jeg har fået flere meldinger fra flere af jordemødrene om, at vi kan ramme en målgruppe, som før var meget svær at få til at komme til fremmødeundervisning. For eksempel enlige, psykisk udfordrede, socialt belastede og familier der synes det er svært at komme til fremmøde pga. transport.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Tilbuddet om en webinar fungerer også godt for familier, som har fået barn før og ikke har så stort socialt behov for at mødes med andre, men bare lige ønsker en opfriskning af det mere konkrete.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Jeg synes, at det er hensigtsmæssigt at forsætte med webinarer som et tilbud man kan vælge på linje med fremmødeundervisning, fordi det har sine fordele.

Chefjordemoder fra projektgruppen

Det bedste er undervisning, hvor man er direkte på, men jeg tænker optagelse på video og individuel opfølgning fordi vi ikke har nok gravide hos os med samme sprog uden for stor spredning i gestationsalder til at samle hold

Chefjordemoder fra projektgruppen

En God Start - Amningen de første dage og spædbarnets trivsel 23. juni - Adobe Connect

Meeting

Amning og trivsel.pptx

Video (3)

Gravidwebinar 3 2

Attendees (17)

Active Speakers

Line Ringkøst (teknisk support tlf: 29240981)

Chat (Everyone)

Webinar
En god start

Amning de første dage og spædbarnets trivsel

Velkommen til denne virtuelle fødselsforberedelse, vi starter om lidt...

Med støtte fra
TrygFonden

9. Bilag

9.1. Bilag 1 Trouble-shooting – hvad gør du i fejlsituationer

PROBLEM	LØSNING
Du har brug for teknisk assistance her og nu	<p>Det er altid en god ide, at have en aftale med en kollega, der kan fungere som 'wingman' for en. En wingmans rolle er at understøtte underviseren, ved at være den der har fokus på at løse små tekniske problemer, hjælpe deltagerne, ringe til support eller lignende undervejs. På den måde kan du have fokus på det du skal formidle i stedet for at skulle forholde dig til både det indholdsmæssige og det tekniske.</p> <p>Derudover er det en god ide, at finde fx et telefonnummer på support, på den platform man bruger. Og hvis man har intern it-support i sin organisation kan det være en god ide, at finde et telefonnummer på denne også. Hav telefonnumrene liggende ved hånden, når du går i gang med din undervisning.</p>
En deltager klager over dårlig lyd – fx knasen eller for lav lyd, så vedkommende har svært ved at forstå, hvad du siger	<p>Vurder først og fremmest om det er et generelt eller lokalt problem. Spørg de andre deltagere, om de også oplever lydproblemer. Hvis kun 1-2 deltagere klager over dårlig lyd, må du antage, at fejlen ligger lokalt hos deltagerne. Kom derefter med forslag til justeringer – fx af lydniveau på højttalere eller foreslå deltageren at bruge et headset. Hvis dette ikke virker kan du foreslå deltageren at genstarte programmet.</p> <p>Når du har foreslået justeringer, er det derefter op til deltageren at rette fejlen eller evt. forlade undervisningen og deltage en anden gang. Hvis det er muligt, så kontakt</p>

	<p>deltageren efter endt undervisning og følg op på situationen.</p> <p>Hvis alle klager over dårlig lyd ligger fejlen formentlig hos dig. Prøv at rette dit headset, justere lydniveau på mikrofon eller evt. at genstarte programmet eller måske at finde et nyt headset.</p> <p>Dårlig lyd kan også skyldes en dårlig internetforbindelse. Prøv evt. at koble et netværkskabel til computeren.</p>
Du oplever ustabil forbindelse	<p>En ustabil forbindelse kan skyldes forskellige ting.</p> <ol style="list-style-type: none">1) Overvej om det er internettet. Hvis du sidder på trådløst netværk, så prøv at tilslutte et netværkskabel til din computer for at opnå mere stabil forbindelse2) Overvej om din computer er på overarbejde. En ustabil forbindelse kan skyldes, at du har mange programmer på din computer, der kører samtidigt. Luk alle unødvendige programmer ned og vurder om stabiliteten forbedres.3) Overvej om den ustabile forbindelse skyldes at programmet eller forbindelsen ikke har nok kapacitet. Hvis du har et stort hold deltagere der alle er med på video, kan en ustabil forbindelse skyldes, at programmet eller forbindelsen ikke har nok kapacitet. Se om du kan nedjustere kvaliteten videovisningen på din egen og deltagernes video eller om du midlertidigt kan afbryde videovisning.
Deltagere melder om, at de ikke kan se forskellige dele af det du viser	<p>Bed deltageren om at genstarte programmet (log af/log ind). Det er altid en god ide at tænke 'genstart', når der er tekniske problemer. Mange problemer løses ofte ved at lukke programmet ned og op igen eller ved at lukke computeren op og ned igen.</p>
(Hvis du formidler kliniske pointer) Lys eller lydforhold forhindrer, at den kliniske formidling bliver usikker	<p>Overvej, om du skal begrænse formålet med undervisningen eller evt. afrunde undervisningen og fortsætte en anden gang. Det er vigtigt ikke at gå på kompromis med kvaliteten af klinisk formidling.</p>

En alvorlig fejl forhindrer undervisningen i at blive afholdt

Afbryd undervisningen. Underret deltagerne, fx via e-mail eller telefon, hvilke alternative muligheder der er for erstatningsundervisning. Forbered dig på dette scenarie, så du er klar, hvis uheldet er ude.

9.2. Bilag 2: Instruktion til deltagelse i fødselsforberedelse som webinar



Med støtte fra
TrygFonden

Kære webinar-deltager

Vi glæder os til at se dig/jer til fødsels- og forældreforberedelse afholdt som webinar. I kan sagtens være på sammen som par, og hvis det skulle give mening for jer, kan I også være på hver for sig.

Fødsels- og forældreforberedelse som webinar foregår sådan, at det kun er underviseren/jordemoderen, der er på med kamera og lyd, mens deltagere kan se og lytte med samt skrive i chatten.

Gode råd til et succesfuldt webinar

Log på lidt før webinarret begynder, så kan du nå at få styr på det tekniske og være parat, når undervisningen går i gang.

Sørg for at sidde i et lokale, hvor der er ro, og hvor du ikke bliver forstyrret. Det er hensigtsmæssigt med en god internetforbindelse.

Med støtte fra
TrygFonden

Vi anbefaler, at du anvender høretelefoner under webinarret.

Du kan deltage i webinarret enten via **pc** eller via en **mobil enhed** (smartphone, iPad el.lign.)

Du skal bruge dette link på dagen:

<https://www.fødselsforberedelsesomwebinar/OUH.dk>

Adgang via computer:

Kopier ovenstående link og indsæt det i en browser (Chrome, Firefox etc. brug helst ikke Explorer).

Indtast dit navn og tryk "Enter Room". Du skal nu vælge mellem at åbne Adobe Connect via din browser eller gennem app'en. Vælg "open in browser". Møderummet vil nu åbne, og du er med som deltager.

Adgang via mobile enheder (iPad, tablet eller mobiltelefon):

Start med at klikke på ovenstående link. Indtast dit navn og vælg "Enter room", og "Open in application".

Hent app'en Adobe Connect (i App Store eller Google Play Store).

Åben appen. Du vil nu blive bedt om at indtaste meeting URL. Kopier ovenstående link til møderummet, indsæt og tryk "Next".

Vælg "Guest" som log in, skriv dit navn og tryk "Enter". Møderummet vil åbne, og du er med som deltager.

Hvis du får tekniske problemer

Hvis du oplever problemer med at logge på webinarret, så kontakt Lise Ringkvist på mobil xxxxxxxx eller Linda Justi på mobil xxxxxxxx.

Syddansk Sundhedsinnovation
Forskerparken 10 G + H
5230 Odense M

www.syddanksundhedsinnovation.dk