1. Это инструмент в фигме позволяющий создавать минимальные прототипы тех или иных действий которые будут производиться в вашем приложении
2. Зайти в файл и нажать показать версии
3. Файл, ассеты, дизайн и прототип
4. move, hand tool, selection, frame, selection, текст, комментарий
5. выбираете объект при взаимодействии с которым надо открывать это окно, заходите в прототип выбираете способ открытия, нажимаете open overlay, выбираете frame который хотите открывать

https://www.figma.com/design/daO7QWLsUq9koh8sXJiGRg/Untitled?node-id=1-5&t=rq19gKSay0JdqmPn-1