VIRTUAL REALITY – Coaching 5.0

Immersives Lernen führt zu nachhaltiger Verhaltensänderung

(Teil 1 von Dr. Frank Jünger, 04.05.2023)

Führungskräfte und Verkäufer brauchen neue Kompetenzen und Mindsets. Diese erwerben sie bei uns mit modernen Lösungen. Dabei kombinieren wir analoges Coaching mit einer neuen digitalen Welt in der Virtual Reality (VR-Brille).

- **Situationen in virtuellen Welten**
- **Umgang mit Stress in sicherer Umgebung**
- **Vorbereitung auf wirkliche Szenarien in der Zukunft**
- **Leadership, Development und Sales – angepasst an individuelle Entwicklungsfelder**

In unseren virtuellen Welten erleben die TeilnehmerInnen herausfordernde Situationen. Sie erfahren, wie Stress sowie das eigene persönliche Verhalten als Reaktion darauf, die Arbeitsergebnisse beeinflussen. Diese Erfahrungen werden in sicheren, virtuellen Räumen durch VR gesammelt. Damit werden die TeilnehmerInnen auf Szenarien in der Zukunft vorbereitet, bevor diese tatsächlich zum ersten Mal durchlebt werden.

Bearbeitung von Entwicklungsfeldern

Als erfahrene Coaches begleiten wir den Weg, damit die Veränderungen selbstbewusst in das Tagesgeschäft transferiert werden können. Leadership, Development und Sales – im Einzel-Coaching oder in Gruppen-Workshops erleben Sie nur bei uns ein neues Coachingerlebnis mit „Wow-Effekt“. Angepasst an die individuellen Entwicklungsfelder taucht man ein in die Virtual Reality, egal ob Konflikt- und Verhandlungsgespräche oder die Präsentation auf der Bühne vor großem Publikum.

Durch die VR-Brille werden die TeilnehmerInnen in die Virtual Reality versetzt. Grund dafür ist der sog. Immersionseffekt. Die Umgebung der Virtuellen Realität der Brille ruft durch illusorische Stimulation einen Effekt im Bewusstsein des Nutzers hervor. Das Bewusstsein des Nutzers tritt so weit in den Hintergrund, dass die virtuelle Umgebung als real empfunden wird. Man erlebt dies auch teilweise, wenn man in die Fantasiewelt eintaucht, beim Lesen eines spannenden Buches oder beim Ansehen eines Filmes. Man wird „eins“.

Immersionseffekte – schnellere Lerneffekte

Zu dieser mentalen Immersion kommt die physikalische, z.B. durch eine 360 Grad-Sicht beim Drehen mit Brille. Das subjektive Gefühl, mental in die Umgebung einzutauchen, wird durch das physikalische Gefühl verstärkt. Die Hände werden durch Künstliche Intelligenz (KI) im Metaverse abgebildet. Man befindet sich tatsächlich innerhalb dieser Situation, man bewegt sich aktiv auf der Bühne, spricht mit dem Gegenüber oder dem Publikum, fasst Gegenstände an und steuert seine eigene Präsentation.

Dieses Präsenzgefühl führt schließlich dazu, die Umgebung und Menschen als wirklich, sowie die dargestellte Situation und die eigene Interaktion als echt anzusehen.

Konditionierung – unmittelbare Lerneffekte
Der eigenen Handlung folgt unmittelbares Verhalten des Gegenübers, das sowohl positiv als auch negativ sein kann. Dies führt bei TeilnehmerInnen zu direkten Lerneffekten durch positive oder negative Verstärkung. Das Verhalten des Gegenübers ist die Konsequenz und Reaktion aus dem eigenen Verhalten. Durch diese Konditionierung wird die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass eine bestimmte eigene Handlung in der Zukunft gezeigt oder nicht mehr gezeigt wird. Sie erweitern damit Ihr Mindset und Ihre Skills, sowie Ihr Selbstbewusstsein.

Mindset-/Skill-Veränderung – nachhaltigere Lerneffekte
In der VR kann man aber auch in definierten Situationen bestimmte Verhaltensweisen ausprobieren, da die Wiederholung ganzer Sequenzen problemlos möglich ist.
Durch die Coaching-Methode werden Haltungsänderungen oder auch eine Angstreduktion begleitet, wie Reden vor großem Publikum. Keine Situationen vermeiden, die Angst auslösen! Stattdessen stellt man sich diesen Situationen bewusst. Trotz Bedenken setzt man sich Situationen aus, hält diese aus und bewältigt sie. Man sammelt dadurch die Erfahrung, dass gar nichts Schlimmes passiert – und dass die Angst mit der Zeit immer weniger wird oder ganz verschwindet.

Coach begleitet dabei, wie gewohnt
Die Virtuelle Realität liefert die ideale Umgebung, um Schritt für Schritt sich weiterzuentwickeln. Hier kann man Situationen immer wieder üben, wie z.B. Mitarbeitergespräche oder Präsentationen vor großem Publikum. Jede gemeisterte Situation führt zu einem positiven Feedback, zur Ausschüttung von Glückshormonen und zu einem Wohlfühl-Zustand des Unterbewusstseins. Der Coach begleitet dabei zusätzlich mit

individuellen Strategieansätzen, so wie in der analogen Welt. Blockaden werden gelöst, und man wird immer besser und souveräner im Auftreten.

Präsentationstechnik: Körper und Sprache
Gleichzeitig erhält man auch eine Auswertung zu Gestik und Mimik. Darüber hinaus erfolgt ein Tracking der Blickrichtungen, der Bewegungen und der Sprache, u.a. mit Füllwörtern und der Sprechgeschwindigkeit.

Kann man sich VR vorstellen? Nein!
Muss man es erleben? Ja!
Lust auf innovatives Lernen, melden Sie sich gerne.

Dr. Frank Jünger
Executive Search & Consulting
Rechtsanwalt und Unternehmensberater
Partner der HR-Expertgroup
mobil 01749811253.
juenger@hr-expertgroup.com