

Inhaltsverzeichnis

- 1 Einleitung** 1
 - 1.1 Bedeutung von Virtual Reality für Softskill-Training und Coaching 1
 - Literatur 3
- 2 Grundlagen der Technologie** 5
 - 2.1 Mixed Reality 5
 - 2.2 Augmented Reality 6
 - 2.3 Virtual Reality 7
 - 2.4 Metaverse 9
 - Literatur 10
- 3 Gestaltung von Lernumgebungen für Softskill-Training und Coaching in Virtual Reality** 13
 - 3.1 Definition Softskill-Training und Coaching 13
 - 3.2 Erkenntnisse aus Medientheorien 15
 - 3.2.1 Multisensorische Integration und Präsenzerleben in Virtual Reality 15
 - 3.2.2 Cognitive Affective Model of Immersive Learning (CAMIL) 17
 - 3.2.3 Cognitive Load, Cognitive Theory of Multimedia Learning (CTML) und Collaborative Cognitive Load 18
 - 3.3 Erkenntnisse aus Lerntheorien 20
 - 3.4 Zusammenfassende Gestaltungshinweise für VR-Lernwelten 22
 - Literatur 24
- 4 Lernsettings und Rollen von Coaches und Trainern in Virtual Reality** 27

5	Anwendungsfelder und praktische Einblicke in die Arbeit mit Virtual Reality	31
5.1	Vorbereitung des Einsatzes von Virtual Reality in Softskill-Training und Coaching	31
5.2	Einsatzmöglichkeiten von Virtual Reality im Softskill-Training	33
5.2.1	Virtual Reality zur Unterstützung von Vortrags- und Gesprächskompetenzen	34
5.2.2	Virtual Reality zur Unterstützung von Führungskompetenzen	35
5.2.3	Virtual Reality zur Unterstützung von Entspannung, Achtsamkeit und Meditation	37
5.2.4	Virtual Reality zur Förderung von Kollaboration, Teamzusammenhalt und neuen Arbeitsmethoden	38
5.2.5	Virtual Reality zur Förderung von Diversity	40
5.3	Einsatzmöglichkeiten von Virtual Reality im Coaching	42
5.4	Systemische Aufstellungsarbeit in Virtual Reality	43
5.4.1	Innere Teamarbeit in Virtual Reality	44
5.4.2	Visionsentwicklung und das Erkennen von Veränderungsbedarfen mit Virtual Reality unterstützen	46
5.4.3	Visualisierungen, Kreativität und erlebnisorientiertes Coaching in Virtual Reality	47
5.4.4	Arbeit mit Glaubenssätzen und Überzeugungen	50
5.4.5	Umgang mit Ängsten	51
	Literatur	52
6	Praktische Einblicke in ausgewählte Trainings- und Coachingdesigns	57
6.1	VR-Training zum Thema Mindset und Veränderungskompetenz in der digitalen Transformation	57
6.1.1	Einführung in den thematischen Kontext	57
6.1.2	Onboarding	59
6.1.3	Der Aufbau der VR-Umgebung	60
6.1.4	Ablauf des Trainings im VR-Raum	61
6.2	Inneres Team-Coaching mit der Software Virtual Inner Team	78
6.2.1	Einführung in das Coaching mit dem inneren Team	78
6.2.2	Onboarding	79
6.2.3	Der Aufbau der VR-Umgebung	80
6.2.4	Durchführung des Coachings mit dem Virtual Inner Team	83
	Literatur	87

7 Vorteile und Nachteile des Einsatzes von Virtual Reality	89
Literatur	94
8 Resümee und Ausblick	97
8.1 Fazit	97
8.2 Ausblick	98
Literatur	99