

SERIE ONLINE-COACHING-FORMATE

# Coaching goes 3-D



Foto: DKosig / iStock

*Virtuelle 3-D-Welten setzen Avatare ein, mit denen sich der Coachee im Prozess identifizieren kann.*

**Der Einzug von Virtual Reality in die berufliche Bildung ist in vollem Gange. Durch virtuelle 3-D-Lernwelten eröffnen sich neue Räume voller Interaktions- und Interventionsmöglichkeiten. Da scheint es naheliegend, diese auch im Coaching zu nutzen. Ein Überblick über Vorteile und Nachteile des Formats sowie Anbieter auf dem Markt.**

Virtuelle Realitäten sind computergenerierte dreidimensionale Wirklichkeiten. Von diesen lässt sich unser Gehirn leicht täuschen und taucht dann vollständig in sie ein. Diese sogenannte Immersion kann durch Messungen bewiesen werden: Virtuelle Erlebnisse sprechen demnach exakt die gleichen Gehirnareale

an wie dieselbe Situation in einer echten Umgebung. Diesen Effekt machen sich auch virtuelle 3-D-Lernwelten zunutze.

### **Avatare, virtuelle Räume und Co.**

Die 3-D-Welt ist eine holistische Kopie unserer physisch-realen Umgebung. Das bedeutet, Coach und Coachee schlüpfen in einen Avatar. Diesen softwarebasierten Bildschirmgestalten kann man eine individuelle Note verleihen, da meist Kleiderfarbe, Art der Kleidung, Haarfarbe und Frisur sowie

Accessoires wie eine Brille wählbar sind.

Die Welten selbst sind meist vorgefertigt, und es stehen verschiedene Raumkonzepte per Klick zur Verfügung: Man kann sich auf einer Terrasse oder im Grünen bewegen oder aber einen klassischen Besprechungsraum nutzen. Auch Aufstellungsräume sind häufig verfügbar. Grundsätzlich ist an Technik einiges vorhanden, z.B. große Mediawände, an denen der Coach Bilder hochladen kann, oder Whiteboards, Flipcharts, Mediatheken etc.

Die Wahrnehmung in einem virtuellen Raum ist dabei sehr individuell. Während die einen den echten Menschen durch den Einsatz von Avataren problemlos wahrnehmen können, fehlt den anderen der direkte Bezug zum Gegenüber. Es gibt dabei kein Richtig oder Falsch, kein funktioniert oder funktioniert nicht: Einsatzmöglichkeiten und Wirksamkeit stehen in direkter Korrelation mit den Anwendern. Ein überzeugter Coach findet für sein Vorgehen den richtigen Kunden. Eine aufgeschlossene und technikaffine Kundin sucht nach dem für sie passenden Coach.

Im Umfeld der Lernsoftware reicht dann aber meist normale Büroausstattung wie Webcam und Headset vollkommen aus. Entgegen häufiger Annahmen werden nämlich nicht für alle 3-D-Lösungen Virtual-Reality-Brillen benötigt, wodurch die Einstiegshürden relativ gering sind. Aber: Für das Arbeiten im

3-D-Setting benötigt man bestimmte Programme, die es bisher nicht in einer so großen Vielzahl gibt, wie z.B. Anwendungen für Videotelefonie. Einige interessante Möglichkeiten finden sich aber bereits auf dem Markt.

## AULA

Das Tool AULA, initiiert von Volker Gässler, dem Gründer des Schweizer Unternehmens vComm Solutions AG, bietet seit 2007 eine virtuelle Welt, die verschiedene immersive Technologien miteinander verknüpft. So z.B. ein Sprachsystem mit 3-D-Tonausgabe, automatische Lippenbewegungen der personalisierbaren Avatare, eine grafische 3-D-Umgebung sowie Kollaborationswerkzeuge wie Pinboards und Flipcharts.

AULA bietet einerseits Szenarien für Rollenspiele. Damit lassen sich Führungssituationen wie Mitarbeitergespräche, Verhandlungen oder Verkaufsgespräche simulieren. Andererseits steht ein großer Bereich für komplexe, interaktive Workshops zur Verfügung. Dort befindet

man sich auf einer Art Insel mit verschiedenen Zonen, die Immersion und Interaktivität begünstigen sollen.

Was auf jeden Fall für Coachings – gerade für Teams – gut geeignet ist, sind die großen Aufstellungsflächen, auf die mehrere Bilder, z.B. als Powerpoint, geladen werden können. So werden Aufstellungen wie die Veränderungskurve im Raum möglich. Es können auch in jedem Raum beliebig viele Pinnwände aufgestellt und bestückt werden. Oder über einen QR-Code das Tablet mit Stiftfunktion auf die Medialwand geladen werden.

Ziel der AULA-Welt ist es, die Immersion zu fördern und die Produktivitätslücke zwischen virtuellen Tools von Telefon bis 3-D und dem persönlichen Kontakt zu schließen und dabei einen „Wohlfühl-Charakter“ zu schaffen. Beispiele dafür sind der Wasserfall oder auch die Garderobe, in der der Avatar jederzeit sein Outfit wechseln kann. All diese Optionen haben den Hintergrund, spontane Interaktion zu fördern und damit Nähe zu generieren.

## 3-D-Lernwelten

### VOORTEILE

- » **Erlebnis:** Hat man sich an die Bedienung des Avatars gewöhnt, fühlt sich die Coaching-Situation erstaunlich echt an. Die Bedienung funktioniert intuitiv.
- » **Aktivität:** Die Steuerung und Perspektive des Avatars vermitteln das Gefühl von aktiver Teilnahme. Die Stimulation ist höher als beim reinen Sitzen vor dem PC.
- » **Nachhaltige Lernerlebnisse:** Da das Gehirn die virtuelle Erfahrung nicht scharf vom echten Erlebten trennt, wirken Erfahrungen, die in der 3-D-Welt gemacht werden, nachhaltig.
- » **Simulation:** Der 3-D-Raum ermöglicht zahlreiche Simulationen, z.B. von systemischen Aufstellungen.
- » **Einfache Beschaffung:** 3-D-Räume können simpel gebucht werden – häufig sogar ohne Vertrags- oder Lizenzbindung. Bezahlt wird meist nach Gruppengröße und Sitzungsdauer.
- » **Geringe Einstiegshürden:** Standard-Hardware und eine DSL-6000-Verbindung reichen aus.
- » **Gruppencoaching möglich:** Teams treffen sich im virtuellen Raum und treten wie in der Realität in Interaktion. Alle wählen die eigene Blickrichtung, eine Position im Raum, und entscheiden, ob sie sitzen oder stehen und wann sie sprechen.

### NACHTEILE

- » **Übung erforderlich:** Die Steuerung des Avatars braucht etwas Übung.
- » **Begrenztes Erlebnis:** Das Erlebte ist auf Sehen und Hören begrenzt. Schmecken, Riechen und Tasten sind durch 3-D-Welten noch nicht erlebbar.
- » **Anstrengend fürs Gehirn:** In der virtuellen Realität bewegt man sich, während man in Wahrheit auf einem Stuhl sitzt. Die Einordnung dieser widersprüchlichen Signale fordert das Hirn und ermüdet es. Der Coach sollte das bei der Organisation der Einheiten beachten.
- » **Studien fehlen:** Bisher gibt es kaum Studien über die Auswirkung von 3-D-Brillen auf die Augen. Ausnahme: Bei Kindern bis zwölf Jahren kann längeres Nutzen Kurzsichtigkeit fördern.



HANDOUT: INTERVENTION IN EINER 3-D-LERNWELT

# Konfliktlösung durch Positionswechsel

**Im 3-D-Raum eröffnet sich die Möglichkeit, die Position und damit auch den Blickwinkel auf verschiedene Sachverhalte zu wechseln. Das kann einem Coachee z.B. bei der Lösung eines Konflikts helfen:**

- ▶ Ziel: Bei der Intervention geht es darum, Konflikte aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Der 3-D-Raum erlaubt es dem Coachee, den Konflikt dissoziiert zu betrachten, d.h., weniger emotional damit umzugehen.
- ▶ Voraussetzung: Im 3-D-Raum müssen zu diesem Zweck mindestens drei Stühle oder Positionen auf einer Aufstellungsfläche bereitstehen.
- ▶ 1. Phase: Der Coach ermutigt den Coachee, auf den Konfliktpartner zu blicken und die eigene Situation, Sichtweise und Gefühle dabei zu beschreiben. Im Anschluss soll die Klientin die Position des Kontrahenten einnehmen. Was würde dieser darauf antworten? So entsteht ein fiktiver Dialog, den der Coach so lange un-



terstützt, bis keine neuen Erkenntnisse mehr kommen.

- ▶ 2. Phase: Dann bittet der Coach den Coachee, die Metaebene eines neutralen Beobachtenden einzunehmen. Was würde dieser sagen, wenn er den Dialog bis hierhin verfolgt hätte? Alternativ kann man

einen Experten zu genau diesem Streitthema fiktiv als Berater einladen, der von der Klientin in seiner Expertise akzeptiert ist.

- ▶ 3. Phase: Im anschließenden Transfer

nimmt der Coachee die eigene Position wieder ein und legt die nächsten Schritte im Konflikt bzw. im Kontakt mit der betroffenen Person fest.

Quelle: Sandra Dundler: „Für Entdecker: Ihr Weg zum Online-Coach“, erschienen in [www.trainingaktuell.de](http://www.trainingaktuell.de); Grafik: Stefanie Diers, © [www.trainerkoffer.de](http://www.trainerkoffer.de)

### TriCAT spaces

Von ihren Gründern ursprünglich als Schulungsplattform für Piloten gedacht, entstand aus der Plattform TriCAT spaces eine avatarbasierte, interaktive 3-D-Lern- und Arbeitswelt. Das Tool wird in Training, Beratung und Coaching verwendet und setzt auf einfach bedienbare Avatare, die sich flexibel gestalten lassen, sowie auf Künstliche Intelligenz.

Speziell für Coaching-Sitzungen stellt TriCAT spaces eigene Szenarien zur Verfügung. Die Terrasse mit Teich und Kois, Aufstellungsflächen mit Körpern, in die man auch tatsächlich eintauchen oder die man in Vogelperspektive überfliegen kann. Alle Perspektiven sind einfach einzunehmen und bringen neue Blickwinkel. Es gibt Skalen, die eingeblendet werden können, und Mediawalls, auf die sich Bilder laden lassen. Auch im Freien können Coach und Coachee eine Sitzung abhalten – auf der Parkbank, am Lagerfeuer, beim Spaziergang oder beim Schachbrett, das wiederum für Aufstellungsarbeit hilfreich ist.

Bei TriCAT muss man nicht gleich eine individuell angepasste 3-D-Welt beauftragen. Die Räume können auch in Paketen stundenweise gebucht werden: Auf das persönliche Konto werden Credits geladen, die dann mit der Nutzung verrechnet werden. Und auch dort ist das eigene Logo oder eine persönliche Begrüßung an der Mediawall einfach selbst umzusetzen.

Ergänzend bietet TriCAT spaces eine „Train the Trainer“-Schulung an, in der die technischen Möglichkeiten und Funktionen vermittelt werden. In Kleingruppen sollen die max. drei Teilnehmenden in 90 Minuten befähigt werden, den Raum für die eigenen Zwecke sicher zu nutzen.

### ProReal

Der Mitbegründer der seit 2013 verfügbaren, englischsprachigen Plattform ProReal, David Tinker, arbeitete selbst über 20 Jahre als Entwicklungscoach. Wie die meisten 3-D-Lernwelten setzt auch ProReal auf die Arbeit mit Avataren, die in diesem Fall allerdings keine natürlichen Personen, sondern eher bunte Figuren in ungefährender Menschengestalt ohne Gesichter oder Kleidungsstücke sind. Laut den Entwicklern haben sie ihre Avatare mit



**Die Autorin:** Sandra Dundler ist selbstständige Trainerin und Coach. Sie ist Expertin im Bereich Live-Online-Training und unterstützt ihre Kunden im Umgang mit unterschiedlichen Tools und bei der Konzeption von Online- oder Blended-Learning-Trainings. Kontakt: [www.a-step-ahead.de](http://www.a-step-ahead.de)

### LITERATUR

» Sandra Dundler: Für Entdecker: Ihr Weg zum Online-Coach. Vielfalt, Anforderungen und Einsatzmöglichkeiten von Formaten und Methoden des virtuellen Coachings. managerSeminare 2019, 49,90 Euro, für Abonnenten 39,90 Euro.

Zu bestellen über: [www.managerseminare.de/EditionTA](http://www.managerseminare.de/EditionTA)

Klienten aus aller Welt getestet und empfanden diese Darstellung als die effektivste Variante.

Die angebotenen Räume sind entweder leer oder mit vorbereiteten Landschaften verfügbar. Neben den Avataren sind Symbole wie etwa eine Uhr, Brücke, Mauern oder ein Gartentor verfügbar, die zum Beispiel in einer Landschaft positioniert werden können. Dadurch sollen Coachees virtuell simulieren, wie sie eine bestimmte Situation empfinden und dadurch verschiedene Perspektiven ergründen, was bei der Problemlösung helfen soll. Während dieses Prozesses sind Coach und Coachee per Audio verbunden. ProReal bietet auch Anwenderschulungen in Form von Webinaren oder Nachschlagewerken an.

Sandra Dundler ■



# Wissen aufbauen

Training *aktuell* + managerSeminare – das Duo für Profis

nur **8,30 Euro**

zusätzlich im Monat\*

Nach ihrem Profi-Upgrade erhalten Sie weiterhin **Training aktuell** mit allen Zusatzservices und außerdem:

- 12 x jährlich **managerSeminare**
- Vollzugriff auf das digitale Archiv von **managerSeminare** mit Handout-Lizenz für alle Beiträge
- Sie sparen **50 %** beim Einkauf von Fachbüchern aus der Reihe **Leadership kompakt** mit umfangreichen Online-Materialien.
- Als Profipaket-Abonnent erhalten Sie auf die digitalen **lead&train-Selbstlernbausteine 50% Rabatt**. Das Material darf in Workshops verbreitet werden.



Jetzt upgraden:  
[www.managerseminare.de/profipaket](http://www.managerseminare.de/profipaket)  
E-Mail: [abo@managerseminare.de](mailto:abo@managerseminare.de)  
Telefon: 0228/97791-23

\*Jahresabo **Training aktuell** = 148 Euro  
Profipaket Jahresabo = 248 Euro