

# VR-vhs für alle!

Volkshochschule  
Brilon-Marsberg-Olsberg

Gefördert vom  
Ministerium für  
Kultur und Wissenschaft  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Handreichung

### VR-Bildungsinhalte sinnvoll einsetzen

*Eine Praxis-Checkliste für Bildungseinrichtungen*

Aus dem Projekt „VR-VHS für alle!“

Zweckverband Volkshochschule Brilon-Marsberg-Olsberg, 2025

### Worum geht es?

Diese Handreichung fasst zusammen, was wir im Projekt „VR-VHS für alle!“ (gefördert aus dem Innovationsfonds NRW 2025) über den Einsatz von Virtual-Reality-Technologien (VR) in der Erwachsenenbildung gelernt haben. Sie richtet sich an Volkshochschulen und vergleichbare Einrichtungen, die VR in ihr Angebot aufnehmen oder den Einstieg prüfen.

Wir haben über 25 Veranstaltungen mit unterschiedlichen Zielgruppen durchgeführt – von Einsatz in Integrationskursen über inklusive Bildungsangebote mit dem Josefsheim bis zu Schulkooperationen und offenen Workshops. Diese Checkliste ist das, was wir uns selbst zu Beginn des Projekts gewünscht hätten, und spiegelt unsere Erfahrungen wider.

*Die Empfehlungen verbinden unsere Praxiserfahrung mit etablierten didaktischen Prinzipien aus der Forschung zum immersiven Lernen. Hinweise auf weiterführende Literatur finden Sie am Ende.*

### Drei Grundsätze vorab

#### 1. VR ist Mittel, nicht Zweck

Das Wichtigste zuerst: VR ist eine Methode unter vielen, kein Selbstläufer. Der „Wow-Effekt“ der Technik wird gerne mit einem Lerneffekt verwechselt – das ist aber nicht dasselbe. Wer VR einsetzt, sollte vorher beantworten können: Warum gerade dieses Format für dieses Lernziel?

#### 2. Kurze Phasen, klare Einbettung

VR funktioniert am besten in kurzen, gut eingebetteten Sequenzen von etwa 15 bis 20 Minuten – mit Einführung davor und Reflexion danach. Längere Phasen sind selten besser, oft schlechter, und körperlich für viele anstrengend.

#### 3. Begleitung ist Pflicht, nicht Kür

VR ohne Begleitung funktioniert in der Erwachsenenbildung nicht. Es braucht jemanden, der die Technik beherrscht, didaktisch einordnet und Teilnehmende bei Unwohlsein oder Orientierungsverlust auffängt. Bei größeren Gruppen oder technikfernen Zielgruppen auch zwei oder mehr Personen.

## Checkliste

Die folgende Checkliste ist nach den fünf Bereichen sortiert, in denen wir aus Erfahrung wissen, dass sich der Aufwand lohnt. Vor jeder VR-Veranstaltung möglichst alle Punkte abhaken.

### 1. Infrastruktur & Technik – das Fundament

- Hardware-Check: Sind alle VR-Brillen geladen? Controller mit frischen Batterien bestückt? Softwareupdates installiert?
- Konnektivität: Reicht das WLAN vor Ort für parallele Verbindungen aus – oder lässt sich die Software offline nutzen?
- Account-Management: Sind alle Lizenzen aktiv? Sind die Geräte auf einem neutralen Einrichtungs-Account angemeldet – nicht auf persönlichen Accounts der Teilnehmenden?

#### Warum?

*Datenschutz: Bei Consumer-Headsets sind die Anwendungen oft an persönliche Accounts gekoppelt. In Bildungseinrichtungen sollten Sie das vermeiden. Enterprise-/Business-Versionen erlauben zentrale Geräteverwaltung.*

- Hygienekonzept: Desinfektionstücher für Brillen und Controller bereit? Bei Bedarf Einmal-Hygieneauflagen?
- Reserven: Mindestens eine Ersatzbrille bzw. Ersatzbatterien für längere Veranstaltungen verfügbar?
- Vorbereitungszeit eingeplant: Mindestens 45 bis 60 Minuten vor Veranstaltungsbeginn für Aufbau, Updates, Aufladen?

#### Warum?

*Aus unserer Erfahrung: Die Vorbereitungszeit wird fast immer unterschätzt. Wer hier knapp kalkuliert, startet gestresst – und das überträgt sich auf die Gruppe.*

### 2. Raum & Sicherheit – der „Safe Space“

- Aktionsradius: Pro Person mindestens ca. 2 × 2 Meter freie Fläche. Bei mehreren parallel nutzenden Personen entsprechend mehr.
- Stolperfallen: Kabel, Taschen, Stuhlbeine, Tischkanten aus dem Bewegungsbereich entfernen.
- Spotting-System: Teilnehmende mit Brille werden durch eine zweite Person gesichert.

#### Warum?

*Wer eine VR-Brille trägt, verliert die Orientierung im echten Raum. Stürze und Zusammenstöße sind die häufigste Unfallursache. Ein „Spotter“ daneben ist die einfachste und beste Vorsichtsmaßnahme.*

- Sitzgelegenheit: Ein Stuhl steht bereit für Teilnehmende, die die Erfahrung lieber sitzend machen möchten.
- Notfallabbruch: Allen ist vor Beginn klar, dass sie die Brille bei Unwohlsein jederzeit sofort abnehmen können – ohne Diskussion.

### **3. Didaktik & Methodik – der Lernerfolg**

- Begründete Medienwahl: Ist klar, warum VR (und nicht z. B. ein Video, ein Rollenspiel oder ein Online-Modul) für dieses Lernziel die richtige Wahl ist?

#### **Warum?**

*Studienlage: Die bloße Tatsache, dass etwas in VR stattfindet, verbessert das Lernen nicht automatisch. Bei einigen Inhalten ist klassischer Unterricht sogar überlegen. VR entfaltet seinen Mehrwert vor allem dort, wo räumliche Erfahrung, schwer zugängliche Umgebungen oder perspektivisches Erleben zentral sind.*

- Briefing vor dem Inhalt: Steuerung wird kurz geübt, bevor die inhaltliche Lernphase beginnt – mit aufgesetzter Brille, aber noch ohne Lerninhalt.

#### **Warum?**

*Steuerung und Lerninhalt gleichzeitig zu verarbeiten, überfordert viele Teilnehmende. Das ist nicht „Computermüdigkeit“, sondern eine ganz normale Grenze unserer Verarbeitungskapazität – siehe Cognitive Load Theory.*

- Einbettung: Die VR-Phase ist Teil eines Dreischritts: Briefing – Erfahrung – Reflexion. Nicht als isolierter Programmpunkt.
- Dauer: VR-Zeit pro Person auf 15-20 Minuten begrenzt.

#### **Warum?**

*Bei längeren Phasen steigen Cybersickness-Symptome (Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen) deutlich an – und mit ihnen sinkt der Lernerfolg. 15-20 Minuten sind ein praktikabler Kompromiss zwischen Wirkung und Belastung.*

- Pausen: Bei längeren Settings „Bildschirm-Aus“-Phasen einplanen, in denen Teilnehmende zur Ruhe kommen.
- Reflexion im Plenum: Klare Fragen für die Nachbereitung („Was habe ich gesehen?“, „Wie hat es sich angefühlt?“, „Was nehme ich mit?“).

### Warum?

*Ohne Nachbereitung bleibt die VR-Phase ein Erlebnis, kein Lernen. Die Reflexion ist der Moment, in dem das Erlebte mit Vorwissen verknüpft und für den Alltag nutzbar gemacht wird.*

## 4. Dozent\*innen-Support – die Begleitung

- Kurzanleitung: Eine „Notfall-Karte“ (One-Pager mit den häufigsten Problemen und Lösungen) liegt bei der Hardware.
- Rollenverständnis: Geklärt, ob die Lehrkraft während der VR-Phase als technischer Support oder als inhaltlicher Coach agiert.
- Zusatzbegleitung: Bei größeren Gruppen (Faustregel: mehr als 4-5 Personen parallel) oder bei technikfernen Zielgruppen ist eine zweite Person für den technischen Support sinnvoll.

### Warum?

*Eine Lehrkraft kann nicht gleichzeitig Technikproblemen nachgehen, das Plenum moderieren und einzelne Teilnehmende unterstützen. Wer das versucht, brennt aus.*

- Selbst getestet: Jede eingesetzte VR-Anwendung wurde von der Lehrkraft mindestens einmal vollständig durchlaufen.
- Erste-Hilfe-VR: Begleitpersonen erkennen frühe Anzeichen von Cybersickness (Blässe, Schwitzen, Klagen über Schwindel) und reagieren ohne Diskussion: Brille ab, Pause, frische Luft.
- Feedback-Loop: Nach jeder Einheit kurz notieren, was funktioniert hat und was nicht – um beim nächsten Mal nachzubessern.

## 5. Inklusion & Barrierefreiheit

- Brillenträger\*innen: Sind die VR-Headsets für Brillenträger\*innen geeignet (Abstandshalter, ggf. Korrekturlinsen)?
- Bedienbarkeit: Sind die Standard-Controller für die avisierte Zielgruppe nutzbar – oder werden adaptierte Eingabegeräte, ein Sitz-Modus oder vereinfachte Steuerung benötigt?

### Warum?

*Bei unserer Arbeit mit dem Josefsheim hat sich gezeigt: VR kann gerade für Menschen mit körperlichen Einschränkungen besonders wertvoll sein, weil sie Erfahrungen ermöglicht, die in der physischen Welt nicht zugänglich wären. Voraussetzung ist aber, dass die Bedienung anpassbar ist. Standard-Controller sind hier oft die Hürde, nicht die Inhalte.*

- Empfindlichkeit erfragen: Vorab gefragt, ob Teilnehmende zu Reise- oder Bewegungskrankheit neigen? Sitzendes Setting angeboten?
- Sprachliche Zugänglichkeit: Anweisungen sprachlich an die Zielgruppe angepasst (z. B. in DaZ-Kursen: vereinfachte Sprache, visuelle Unterstützung)?

- Pause und Ausstieg: Allen Teilnehmenden ist klar, dass sie jederzeit ohne Begründung pausieren oder die Anwendung beenden können.
- Sensorische Sensibilität: Bei Zielgruppen mit erhöhter Reizempfindlichkeit (z. B. Autismus-Spektrum, Demenz) bewusst Inhalte mit ruhiger Bildführung wählen, intensive Reize vermeiden.

### **Häufige Stolperfallen aus unserer Praxis**

Diese fünf Punkte sind uns immer wieder begegnet – sie lohnen besondere Aufmerksamkeit:

- **Unterschätzter Vorbereitungsaufwand:** Updates, Account-Verwaltung, Aufladen, Einrichten der Spielfläche brauchen pro Veranstaltung deutlich mehr Zeit als gedacht. Faustregel: 45-60 Minuten Vorbereitungszeit einplanen.
- **„Wow-Effekt“ statt Lerneffekt:** Vor allem bei offenen Formaten droht, dass das Staunen den Lernerfolg überlagert. Klare Reflexionsphasen sind das wichtigste Gegenmittel.
- **Teilnehmer\*innengewinnung im offenen Programm:** Im ländlichen Raum funktionieren Kooperationsformate (Schulen, Eingliederungshilfe, Bibliotheken) deutlich besser als thematisch eng zugeschnittene Einzelworkshops. Wir empfehlen, Ressourcen entsprechend zu verlagern.
- **Controller-Hürden in der inklusiven Arbeit:** Standard-Controller sind nicht für alle Nutzer\*innen bedienbar. Frühzeitig mit Partnereinrichtungen klären und ggf. adaptierte Eingabegeräte mitdenken.
- **Miete vs. Anschaffung:** Sobald eine längerfristige Nutzung absehbar ist, lohnt sich der Wechsel von Miete zu Anschaffung – wirtschaftlich und organisatorisch. Business-Versionen der Headsets bieten zudem deutlich bessere Verwaltungs- und Datenschutz-Lösungen.

### **Hinweise zu Hardware, Software und Verleihmodellen**

**Headsets:** Für institutionelle Bildungsnutzung sind Enterprise-/Business-Versionen den Consumer-Varianten klar überlegen. Sie ermöglichen zentrale Geräteverwaltung über PC oder Tablet, bieten oft Zugang zu kostenfreien Bildungsinhalten und sind in puncto Datenschutz deutlich unkomplizierter.

**Content:** Mit einem überschaubaren Set bewährter Anwendungen starten (z. B. Mobilität, Landeskunde, Berufsorientierung) und die Bibliothek bedarfsgetrieben ausbauen – an der tatsächlichen Nachfrage der Teilnehmenden orientiert.

**Verleih:** Ein niedrighschwelliger Verleih über kooperierende Einrichtungen (z. B. Stadtbüchereien als „Bibliothek der Dinge“) erweitert die Reichweite, ermöglicht zusätzliche Anwendungsfälle und verteilt das organisatorische Risiko.

### **Wo VR gut funktioniert – und wo eher nicht**

**Hohes Potenzial:** Integrations- und Berufssprachkurse (Landeskunde, Alltagssituationen, Bewerbungstrainings), inklusive Bildung (Mobilitätstraining, Eingliederungshilfe), Schulkooperationen (Naturthemen, BNE), Berufsorientierung mit festen Lerngruppen.

**Funktioniert mit klarer Einbettung:** Niedrigschwellige Veranstaltungen wie virtuelles Tischtennis oder „Wald verstehen“-Module, Informationsstände auf Stadtfesten und Markttagen, kreative Formate wie Malen im virtuellen Raum.

**Schwierig im offenen Programm:** Thematisch eng zugeschnittene Workshops zur politisch-historischen Bildung oder zur Berufsorientierung – gerade im ländlichen Raum. Hier sind Kooperationen mit Schulen oder Sozialträgern erfolgversprechender als der klassische VHS-Programmweg.

### **Zum Weiterlesen**

Diese Handreichung basiert auf den praktischen Erfahrungen aus dem Projekt und auf einschlägiger Fachliteratur zum immersiven Lernen. Wer sich vertieft mit dem Thema befassen möchte, findet hier einen guten Einstieg:

*Themenheft „Immersives Lehren und Lernen mit Augmented und Virtual Reality“, Zeitschrift MedienPädagogik (2022) – online frei zugänglich unter [www.medienpaed.com](http://www.medienpaed.com). Ein guter Sammelband mit theoretischen und praxisorientierten Beiträgen, u. a. von Hartmann & Bannert zu den Alleinstellungsmerkmalen immersiver Bildungsmedien.*

*Sweller, J. – Grundlegende Arbeiten zur Cognitive Load Theory; in deutschsprachigen Lehrbüchern zur Mediendidaktik gut zusammengefasst (z. B. bei Niegemann oder Kerres).*

*EPALE (<https://epale.ec.europa.eu/de>) und Erwachsenenbildung.at: Beiträge zum „Immersiven Lernen mit Virtual Reality“ – praxisnahe Texte für Erwachsenenbildner\*innen, online frei zugänglich.*

### **Impressum und Kontakt**

Diese Handreichung ist im Rahmen des Projekts „VR-VHS für alle!“ entstanden, gefördert aus dem Innovationsfonds NRW 2025 durch das Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.

Herausgeber: Zweckverband Volkshochschule Brilon-Marsberg-Olsberg, Kreuziger Mauer 31, 59929 Brilon.

Die Handreichung ist zur freien Verwendung durch Bildungseinrichtungen und Interessierte freigegeben. Bei Weitergabe und Nutzung über die eigene Einrichtung hinaus wird um Quellenangabe gebeten.