

Inhalt

1. Einführung	7
2. Lernen im Prozess	9
3. Gut rein – Die richtige Strategie	12
3.1 Ein Training ist nicht statisch, sondern ein Prozess	13
3.2 Trainer-Kompetenzen	20
3.3 Die verschiedenen Rollen eines Trainers	22
3.4 Mit Spaß ernsthaft arbeiten – Methoden, um Teilnehmer zu motivieren.	26
3.4.1 Vorbereitung ist alles – Eine motivierende Lernatmosphäre schaffen.	26
3.4.2 Methoden für eine gute Lernatmosphäre.	31
• F-M-H-Methode	31
• Durch die Augen der Teilnehmer ...	34
• Stimmungsaufhellende Fragen	36
• Bewertung durch Teilnehmer.	37
• Erwartungsabfrage	38
• Centering.	40
• Brausetablette	43
• Halb voll oder halb leer?	44
3.4.3 Action! – Mit dem passenden Drehbuch begeistern	46
3.4.4 Das „Wir“ gewinnt – Motivation durch ein gutes Miteinander	51
3.4.5 Methoden fürs Kennenlernen.	52
• Skalen-Methode	53
• Namens-Pingpong	54
• Schneeball-Methode	56
• Meine Gebrauchsanweisung	57
• Schlüsselbund-Methode	58
• Positive Vorurteile	60
• Gedanken raten.	62
3.4.6 Methoden für einen interessanten Themeneinstieg	63
• Pantomime	64
• LZK-Korridor	66
• Bilder sprechen lassen ...	67
• You Tube	69
• Handtaschen-Methode	71
3.5 Zusammenfassung: Woran erkennen Teilnehmer ein gut vorbereitetes Training?	72

4.	Gut durch – Den Lernprozess begleiten	74
4.1	Beziehungen gestalten –	
	Ein Prozess über das gesamte Training hinweg	74
4.2	Wie „bewege“ ich als Trainer meine Teilnehmer?	74
	• Kleingruppenarbeit	79
	• Lernzirkel	80
	• Galerie	82
4.3	Methoden der Aktivierung und Überzeugung als Katalysator des Trainingserfolgs	84
	• SCAMPER	85
	• World Café	86
	• Instant Open Space nach Alexander Schilling	88
	• Landschaft der Stille	92
	• Gesellschaftsspiel	94
	• TTT-Methode	96
	• Demo	98
	• Kopfstand-Methode	99
	• Tower of Power	101
	• Die Eiflugmaschine	103
	• Den Hemmschuh loswerden	104
	• Gehirnaktivierung	106
4.4	Persönliche Entwicklung begleiten –	
	Jeder Teilnehmer entwickelt seine persönlichen Kompetenzen!	109
	• Ein Wirkungsgefüge spinnen	111
	• Epochenwanderung	113
	• Walt-Disney-Methode	115
	• Der geheime Spiegel	117
	• Sechs-Hüte-Methode von Edward de Bono	119
	• Speed-Dating	120
	• Personality Poker	123
	• Der geheime Zuhörer	125
	• Inneres Team nach Schulz von Thun	127
	• Skalenstern	129
4.5	Neu erworbene Fähigkeiten nutzen	130
	• Knoten der Erinnerung	132
	• Wissensspeicher	133
	• Anwendungsmatrix	135
	• Podiumsdiskussion	137
	• Erster Schritt in die Zukunft	139
	• Mein persönliches Projekt	140
	• Lern-Partnerschaft	142
	• Mein Zukunftsgarten	143

• Die Strategie-Gemeinschaften	145
• Mein Kompetenz-Team	147
• Kollegiale Beratung	149
• Sprung in die Zukunft	151
4.6 Zusammenfassung: Woran erkennen Teilnehmer ein gut durchgeführtes Training?	152
5. Gut raus – Ende gut, alles gut	154
6. Abschluss – Wie Sie Qualität sichern	155
6.1 Nach dem Training ist vor dem Training	155
6.2 Strategien und Methoden der Qualitätssicherung	156
6.3 Selbstreflexion	160
7. Schwierigen Situationen hilfreich begegnen	162
7.1 Teilnehmer-Typen – ihre Ansprüche und Bedürfnisse	162
7.2 Handlungsmöglichkeiten in schwierigen Situationen	165
• Fishbowl	168
• Abstreifen	169
• Die goldene Mitte finden	171
Die Autoren	173
Literaturhinweise	175
Stichwortverzeichnis	176