

# Inhalt

<b>1. Einführung</b>	<b>7</b>
<b>2. Lernen im Prozess</b>	<b>9</b>
<b>3. Gut rein – Die richtige Strategie</b>	<b>12</b>
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

<b>4.</b>	<b>Gut durch – Den Lernprozess begleiten</b>	<b>74</b>
4.1	<b>Beziehungen gestalten –</b>	
	Ein Prozess über das gesamte Training hinweg	74
4.2	<b>Wie „bewege“ ich als Trainer meine Teilnehmer?</b>	<b>74</b>
	• Kleingruppenarbeit	79
	• Lernzirkel	80
	• Galerie	82
4.3	<b>Methoden der Aktivierung und Überzeugung als Katalysator des Trainingserfolgs</b>	<b>84</b>
	• 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	<b>Persönliche Entwicklung begleiten –</b>	
	<b>Jeder Teilnehmer entwickelt seine persönlichen Kompetenzen!</b>	<b>109</b>
	• 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	<b>Neu erworbene Fähigkeiten nutzen</b>	<b>130</b>
	• 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
<b>5. Gut raus – Ende gut, alles gut .....</b>	<b>154</b>
<b>6. Abschluss – Wie Sie Qualität sichern .....</b>	<b>155</b>
6.1 Nach dem Training ist vor dem Training .....	155
6.2 Strategien und Methoden der Qualitätssicherung .....	156
6.3 Selbstreflexion .....	160
<b>7. Schwierigen Situationen hilfreich begegnen .....</b>	<b>162</b>
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
<b>Die Autoren .....</b>	<b>173</b>
<b>Literaturhinweise .....</b>	<b>175</b>
<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>176</b>