

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Einleitung</b> . . . . .	9
<b>1.1</b>	Was können Sie von diesem Buch erwarten? Ein Überblick. . .	9
<b>1.2</b>	Zu diesem Buch . . . . .	11
<b>1.3</b>	Anleitung zum Unglücklichsein . . . . .	12
<b>1.4</b>	Für wen ist dieses Buch hilfreich? . . . . .	15
<b>1.5</b>	Welche Inhalte finden Sie in diesem Buch? . . . . .	17
<b>2</b>	<b>Zu Rolle und Mindset von Moderatorinnen und Trainern</b> . . . . .	19
<b>3</b>	<b>Wissenschaftliche Grundlagen und ihre Bedeutung für Workshops und Trainings</b> . . . . .	25
<b>3.1</b>	Die Steuerung von Gruppen im Workshop und im Training .	25
<b>3.1.1</b>	Gruppenentwicklung nach B. W. Tuckman . . . . .	26
<b>3.1.2</b>	Rangdynamik nach Raoul Schindler . . . . .	28
<b>3.2</b>	Neurodidaktische Ansätze für gehirngerechtes Lernen im Training . . . . .	35
<b>4</b>	<b>Zwei praktische Strukturierungssysteme für Ihr Event-Design</b> . . . . .	52
<b>4.1</b>	Das 4MAT System für Trainerinnen von Bernice McCarthy: Zum Adressieren unterschiedlicher Lerntypen und fürs Trainingsdesign . . . . .	52
<b>4.2</b>	Der Moderationszyklus für Moderatoren zum Vertiefen der Themen von Josef W. Seifert . . . . .	59
<b>4.3</b>	Meine Quintessenz aus 4MAT und Moderationszyklus . . . . .	60
<b>5</b>	<b>Leitfaden für blühende Trainings und Workshops</b> . . . . .	62
<b>5.1</b>	Die VORPHASE: Nur eine detaillierte Auftragsklärung ermöglicht die Erstellung eines profunden Angebotes . . . .	64
<b>5.2</b>	Die HAUPTPHASE: Design – Implementierung – Transfersicherung . . . . .	65
<b>5.2.1</b>	Design – Finden Sie Antworten auf viele Designfragen und erstellen Sie einen spannenden Ablauf! . . . . .	66
<b>5.2.1.1</b>	<i>Um welches Thema handelt es sich bei Ihrem Workshop oder Training? . . . . .</i>	67
<b>5.2.1.2</b>	<i>Welche Ziele und Ergebnisse sollen am Ende des Workshops/ Trainings erreicht worden sein? . . . . .</i>	68
<b>5.2.1.3</b>	<i>Wer sind die Teilnehmenden Ihres Workshops oder Trainings? . . . . .</i>	70
<b>5.2.1.4</b>	<i>Wie sieht Ihr Zeitrahmen aus? . . . . .</i>	71
<b>5.2.1.5</b>	<i>Welche Räumlichkeiten wären ideal? Welches Setting sollten Sie wählen? . . . . .</i>	72

<b>5.2.1.6</b>	<i>Welche Materialien brauchen Sie?</i> . . . . .	72
<b>5.2.1.7</b>	<i>Wie soll Ihr Workshop oder Training nun tatsächlich ablaufen?</i> . . . . .	73
<b>5.2.1.8</b>	<i>Vorlagen: Das Mindmap für das Grobdesign</i> . . . . .	77
<b>5.2.2</b>	<b>Implementierung: Sie haben nun eine gute Basis und agieren bei der Durchführung Ihrer Events sicher, zielorientiert, strukturiert und gleichzeitig flexibel!</b> . . . . .	81
<b>5.2.2.1</b>	<i>Die Räumlichkeiten rechtzeitig und ansprechend vorbereiten</i> . . . . .	82
<b>5.2.2.2</b>	<i>Die Vorstellung Ihrer Person</i> . . . . .	82
<b>5.2.2.3</b>	<i>Die Teilnehmenden</i> . . . . .	83
<b>5.2.2.4</b>	<i>Kleine Arbeitsgruppen sind effektiver</i> . . . . .	84
<b>5.2.2.5</b>	<i>Visualisierung</i> . . . . .	85
<b>5.2.2.6</b>	<i>Gute Präsentationen, selbst mit Präsentationsprogrammen</i> . . . . .	86
<b>5.2.2.7</b>	<i>Profunde Planung ermöglicht die nötige Flexibilität</i> . . . . .	88
<b>5.2.2.8</b>	<i>Entspannen Sie sich!</i> . . . . .	89
<b>5.2.3</b>	<b>Transfersicherung: Sie setzen die richtigen Schritte zum nachhaltigen Erfolg!</b> . . . . .	90
<b>5.3</b>	<b>Die NACHPHASE</b> . . . . .	94
<b>5.4</b>	<b>Meine Quintessenz für blühende Trainings und Workshops</b> . . . . .	95
<b>6</b>	<b>Methoden: Opener – Vertiefungsmethoden – Closer</b> . . . . .	97
<b>6.1</b>	<b>Einleitung</b> . . . . .	97
<b>6.2</b>	<b>Opener</b> . . . . .	97
<b>6.2.1</b>	<i>Soziometrie / Aufstellung</i> . . . . .	98
<b>6.2.2</b>	<i>Dreams &amp; Nightmare</i> . . . . .	99
<b>6.2.3</b>	<i>Joint Poster</i> . . . . .	101
<b>6.2.4</b>	<i>Kennenlern-Memory</i> . . . . .	102
<b>6.2.5</b>	<i>Kopfstandmethode</i> . . . . .	103
<b>6.3</b>	<b>Vertiefungsmethoden</b> . . . . .	107
<b>6.3.1</b>	<i>Themen sammeln</i> . . . . .	108
<b>6.3.2</b>	<i>Themen auswählen</i> . . . . .	109
<b>6.3.3</b>	<i>Themen bearbeiten</i> . . . . .	111
<b>6.3.3.1</b>	<i>Problemanalyse Schema</i> . . . . .	111
<b>6.3.3.2</b>	<i>Szenario-Technik</i> . . . . .	112
<b>6.3.3.3</b>	<i>Disney-Strategie</i> . . . . .	113
<b>6.3.3.4</b>	<i>Brainwalk</i> . . . . .	115
<b>6.3.3.5</b>	<i>Mindmap</i> . . . . .	118
<b>6.3.4</b>	<i>Planen</i> . . . . .	122
<b>6.4</b>	<b>Closer</b> . . . . .	122
<b>6.4.1</b>	<i>Alphabet</i> . . . . .	123
<b>6.4.2</b>	<i>Bodyskulptur</i> . . . . .	123
<b>6.4.3</b>	<i>Bild mit Learnings malen</i> . . . . .	124
<b>6.4.4</b>	<i>TV News</i> . . . . .	125
<b>6.4.5</b>	<i>Quiz</i> . . . . .	126

**7**      **Schlussworte** ..... 127

**Literaturliste** ..... 129  
Quellenangaben ..... 129  
Empfehlungen ..... 130  
Methoden & Spiele ..... 132  
English Literature ..... 132