

Inhalt

Die Autoren	9
Einleitung	13
Das Downloadangebot zum Buch	16
Teil 1 Vor dem Methodeneinsatz	17
1. Trainings, die wirklich begeistern	17
Ansprüche sind gestiegen	18
Lernen heißt Verstehen	22
Kleiner Exkurs in didaktisches Denken	28
Lernen beschleunigen	30
Sechs Trümpfe für bessere Trainings	37
Teil 2 Die Methoden selbst	53
2. Deine Schatzkiste der besten Methoden	43
Die 4C-Phasen als grundlegende Lernstruktur	44
Übersicht über alle Methoden nach Lernphasen	48
3. Methoden für die Phase »Connections«	53
1 Perpetuum mobile: Veränderungen im System erleben	56
2 Erste Assoziationen: Gedanken anregen	58
3 Fuck-up-Champion: Mut zum Scheitern	60

4 Speed-Dating: Kennenlernen, etwas Ungewöhnliches von sich erzählen	62
5 Ü-Ei-Check-in: Auflockern, ankommen, kennenlernen	65
6 Ich bin ein Baum: Erste Bilder und Gedanken finden, Spontanität anregen	69
7 Gemeinsamkeiten und Unterschiede: In Kontakt kommen, besser kennen-lernen	71
8 Fünf Dinge: Wahrnehmung lenken, kennenlernen	74
9 Misthaufen: Frust rauslassen, in die Handlung kommen	77
10 Call me by your Name: Auflockern, Namen wiederholen, Gewohnheiten erkennen	80
11 Partner-Interview: Besser kennenlernen, Wirkung guter Fragen	82
12 Soziometrische Aufstellung: Kennenlernen, Anwärmen fürs Thema	86
13 Dankstelle: Positive Wahrnehmung, Wertschätzung, Teamgeist stärken	89
14 Self-made Netzwerk: Rückmeldungen untereinander, Netzwerken	92
15 Porträt-Karussell: Auflockern, Loslassen	95
16 Wissen – Glauben – Raten: Besser kennenlernen, Fremdwahrnehmung erfahren	98
17 Blindes Buddy-Porträt: Auflockern, Loslassen	101
18 Ja-Assoziationskreis: Akzeptanz steigern, Schlagfertigkeit trainieren	103
19 Wildes Akronym: Gedanken zum Thema anregen	105
20 Hände schütteln: Gruppeneinteilung	107
21 Freund und Feind: Auflockern, Konfliktmuster darstellen	109
22 Arme heben – oder: Gesagt, ist nicht getan: Kongruenz im Ausdruck	111
23 Change: Auflockern, Change-Prozesse	113
4. Methoden für die Phase »Concepts«	117
24 Lernstraße: Abläufe und Prozesse vermitteln	120
25 Gruppenarbeit à la World-Café: Inhalte erarbeiten, Austausch anregen	123

26 Bisoziation (Bild-Assoziation): Denkmuster aufbrechen, Ideen finden	127
27 Bingo: Konzentration auf Lerninhalte	130
28 Lifehacks für PowerPoint-Präsentationen 1: Auflockern von Präsentationen	131
29 Lifehacks für PowerPoint-Präsentationen 2: Auflockern von Präsentationen	133
30 Ausstellung oder Museum: Fachthemen selbst erarbeiten	135
31 Kopfstand-Methode: Kreativ ins Thema einsteigen, um die Ecke denken.....	137
32 Feature finding: Inhalte erarbeiten	139
33 Planspiele: Fachwissen vermitteln	141
34 Memory: Inhalte wiederholen	144
35 Lehrvideos: Verhalten reflektieren, Inhalte vermitteln	146
36 Brainwalk: Ideen finden, Inhalte wiederholen	149
37 Ad-hoc-Recording: Fachwissen vermitteln und wiederholen	153
38 Verhaltens-Voting: Praxisbeispiele reflektieren, Werte vermitteln	155
5. Methoden für die Phase »Concrete Practice«	159
39 ABC des Paraphrasierens: Gesprächsführung, aktives Zuhören	162
40 Der freie Stuhl: Energie schaffen, Atmosphäre auflockern	166
41 Rollenspiel »Monsterübung«: Aktiv Zuhören, Schlagfertigkeit, Fragetechniken	167
42 Neue Wahl: Ausdrucksmöglichkeiten erweitern	171
43 Spiegel der Weisheit: Kontakt aufbauen, Körpersprache wahrnehmen	174
44 Der Würfel-Dialog: Perspektivwechsel, konstruktive Konfliktlösung	177
45 Rollenspiel »Feedback-Dating«: Feedback trainieren	181
46 LEGO®-Duo: Perspektiven abgleichen, Fragen stellen	184
47 Bob, der Baumeister: Auf den Punkt kommen, Selbsteinschätzung	188

48 Emo-Vortrag: Ausdruck erweitern, lebendig präsentieren	192
49 Yes, and ...: Akzeptanz steigern, konstruktiv kommunizieren	195
50 Stopp-Theater: Gespräche erkunden und trainieren	197
51 Verkehrsstau: Motivation, Umgang mit Frust	200
52 Papierflieger: Kooperation, Partizipation, Motivation durch Entwicklung	204
6. Methoden für die Phase »Conclusion«	207
53 Transfer-Schlüsselbund: Umsetzung in die Praxis	210
54 My favourite Flipchart: Inhalte reflektieren, überzeugend präsentieren	212
55 Liebesbrief an meinen Buddy: Gegenseitiges Feedback, Transfer in die Praxis	214
56 Team-Quiz: Inhalte wiederholen	218
57 Fanposter: Stärken erkennen, gegenseitige Rückmeldungen.....	220
58 Toffifee-Retro: Inhalte reflektieren und umsetzen	222
59 Ich sehe was, was du nicht siehst: Inhalte wiederholen	224
60 Tassen-Feedback: Rückmeldungen einholen, Transfer in die Praxis	226
Teil 3 Gedanken nach den Methoden	229
7. Mehr aus Trainings herausholen oder Don't call it »Spielchen«!	229
8. Wenn du etwas Bestimmtes suchst: Methodenübersicht nach Anlass und Schlagwort	235
Literatur	245