

| | |
|--|-----|
| 1 Um was geht es? Einleitung | 7 |
| 2 Was braucht es? Die Thesen | 13 |
| Wir brauchen andere Settings und Methoden | 15 |
| Wir brauchen mehr Mut in den Unternehmen | 19 |
| Wir brauchen Persönlichkeiten als Trainer | 20 |
| Wir brauchen Befruchtungsmomente | 21 |
| Wir brauchen persönliche Transformation | 23 |
| 3 Wo stehen wir? Aktuelle Trends und Herausforderungen | 26 |
| Future Skills | 26 |
| Führung neu leben | 29 |
| Den Change leben | 35 |
| Lernen neu leben | 38 |
| Weiterbildung neu leben | 44 |
| 4 Wie lernen wir? Wissenschaftlicher Hintergrund | 48 |
| Die Kompetenzstufen des Lernens | 48 |
| Neurobiologische Grundlagen des Lernens | 51 |
| Blended Learning als übergreifendes Konzept | 58 |
| Adaptives Lernen statt Gießkanne | 64 |
| 5 Was können wir machen? Das andere Training | 68 |
| Grundprinzipien eines Bildungskonzeptes | 68 |
| Anforderungen an Trainings und andere Bildungsformate | 81 |
| Was ist was? Die verschiedenen Formate | 91 |
| Die verschiedenen Arten von Methoden | 93 |
| Flotte Formate statt drei Tage Trainingsmarathon: Mikrotrainings | 100 |
| 6 Wer kann das machen? Die Trainerpersönlichkeit | 108 |
| Trainerkompetenzen | 112 |
| Raum für Neues schaffen | 116 |
| Worauf Sie bei der Trainerauswahl achten sollten | 119 |

| | |
|--|-----|
| 7 Wie planen wir das? Das Trainingsdesign | 123 |
| Den Trainingsbedarf erheben | 124 |
| Lernziele definieren | 129 |
| Inhalte strukturieren | 134 |
| Die Trainingsdramaturgie oder: Der rote Faden | 139 |
| Checkliste der Rahmenbedingungen | 143 |
| Checkliste für die mentale Vorbereitung | 145 |
| 8 Wie machen wir das? Vom Ziel zum Inhalt | 147 |
| Die Methoden | 149 |
| Befruchtungsmomente | 162 |
| Konkretes Beispiel eines Mikrotrainings | 168 |
| Konkretes Beispiel eines Präsenztrainings | 175 |
| Anhang | |
| Quellen und Anmerkungen | 187 |
| Literatur | 192 |
| Danke | 194 |
| Stichwortverzeichnis | 196 |
| Über die Autorin | 200 |