

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Um was geht es? Einleitung</b>	<b>7</b>
<b>2 Was braucht es? Die Thesen</b>	<b>13</b>
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
<b>3 Wo stehen wir? Aktuelle Trends und Herausforderungen</b>	<b>26</b>
Future Skills	26
Führung neu leben	29
Den Change leben	35
Lernen neu leben	38
Weiterbildung neu leben	44
<b>4 Wie lernen wir? Wissenschaftlicher Hintergrund</b>	<b>48</b>
Die Kompetenzstufen des Lernens	48
Neurobiologische Grundlagen des Lernens	51
Blended Learning als übergreifendes Konzept	58
Adaptives Lernen statt Gießkanne	64
<b>5 Was können wir machen? Das andere Training</b>	<b>68</b>
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
<b>6 Wer kann das machen? Die Trainerpersönlichkeit</b>	<b>108</b>
Trainerkompetenzen	112
Raum für Neues schaffen	116
Worauf Sie bei der Trainerauswahl achten sollten	119

<b>7 Wie planen wir das? Das Trainingsdesign</b>	<b>123</b>
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
<b>8 Wie machen wir das? Vom Ziel zum Inhalt</b>	<b>147</b>
Die Methoden	149
Befruchtungsmomente	162
Konkretes Beispiel eines Mikrotrainings	168
Konkretes Beispiel eines Präsenztrainings	175
<b>Anhang</b>	
Quellen und Anmerkungen	187
Literatur	192
Danke	194
Stichwortverzeichnis	196
Über die Autorin	200