

Inhaltsverzeichnis

Vorneweg	11
Warum Sie dieses Buch lesen	11
850 Methoden im Test	11
Wie haben wir gefiltert?	12
Was ist anders an diesem Buch?	12
Vorwort zur 2. Auflage	13

Active Training: So geht es!

Lassen Sie die Teilnehmer aktiv werden	16
Verwöhnte Teilnehmer?	16
Was Trainer falsch machen können, wenn sie Teilnehmer aktivieren	16
Accelerated Learning	18
»Warum mache ich als Trainer so viel selbst?«	20
Anregungen für die Teilnehmeraktivierung	21
Und wenn Teilnehmer trotzdem nicht wollen?	22
Anstelle von Standardmethoden etwas anderes einsetzen	25
Murmelgruppenmethode statt Lehrgespräch	25
Expertenbefragung statt Lehrvortrag	26
Archäologenkongress statt Pauken mit Texten	29
Eier legen statt Redeschlacht	31
Wozu passt welche Methode?	33

Papier

Moderationskarten: farbig und robust	47
Beispiele für den Einsatz bei Active Training	47
Ideen für weitere Einsatzmöglichkeiten	48

Papier im Trainingseinsatz	50
Papier in Ritualen	50
Wenn Papier fliegt	50
Papier für Requisiten	51
Papier lebt!	52
Luftpost	53
Jobkarten	54
Hausbriefkasten	56
Häuptlingsfedern	58
Kartenständer	61
Das Haar in der Suppe	64
Aasgeier und Trüffelschwein	66
Abfragen mit Aktion	69
Schneeballschlacht	71
Rückenpost	73
Wir gründen ein Unternehmen	75
Tomaten auf den Augen	77
Das fehlende Stück	78
Wer bin ich?	80
Vorstellung mit Vorlage	82
Tischtuch-Protokoll	84
Überraschungsfragen	86
Was fehlt?	88
Wer ist das denn?	89
Wandernde Fragen	91
Ich schreib' dir einen Brief	93
Hand zeichnen	96

Dinge

Objekte einmal ganz anders	101
Beispiele für den Einsatz bei Active Training	101
Weitere Ideen	102
Gegenstände schalten die Sinne ein!	103
Achtsamkeit, nicht nur für Zen-Anhänger	103
Dinge sagen mehr als Worte	105
Inspirierende Dinge	106
Sammeln Sie Gegenstände	107

Zum Verzweifeln	108
Ein Gegenstand findet mich	111
Trainingswürfel	114
Bevor der Finger brennt	116
Das fliegende Ei	118
Der Münzentrick	120
Das Schachtelwunder	121
Wer hat das Mikrofon?	123
Nichts gesehen	126
Taschentheater	128
Die verflixten Dreiecke	131
Zauberglas	132
Zollstock mit Tücken	134
Waagschale	136
Es grünt!	139
Geldvermehrung	141
Strohalm und Kartoffel	143

Seil, Schnur und Faden

Hält es?	147
Beispiele für den Einsatz bei Active Training	147
Seile erinnern an Erfahrungen	148
Eine Seilgeschichte zum Vorlesen	149
Wäscheleine	151
Knoten mit Inhalt	152
Das Unterstützer-Netz	154
Roter Faden	157
Das Seil reicht nicht für alle	159
Die Seilbrücke	162

Stühle

Ein Stuhl ist mehr als eine Sitzfläche	167
Stuhl und Körper	167
Stuhl und Raum	169
Beispiele für den Einsatz bei Active Training.....	170
Der leere Stuhl	170
Der Stuhl ist heiß!	171

Quasselliege	173
Chaos	176
Trainings-Karussell	178
Seminarberater	180
Telefonbefragung	182
Eier kochen	184
Kippstuhl	186
Tankstelle	188

Figuren

Wie Figuren lebendig werden	193
Mein Seminar ist doch kein Kindergeburtstag!	193
So nicht	194
Wo bekomme ich die Figuren her?	194
Einige Tipps für den Umgang mit einer Fingerpuppe oder Figur	195
Figuren als Stellvertreter für Personen	196
Lustige Figuren	196
Wie funktioniert Bauchreden?	197
Sag's durch die Puppe!	198
Der Zoo	200
Intimus	203
Figurenkabinett®	204

Körper

Körper: ein fast vergessenes Medium	209
Bleib mir vom Leib!	209
Beispiele für den Einsatz beim Active Training	211
Körper und Gefühle	212
Der Körper des Trainers	213
Anfassen oder Finger weg?	214
Stimme verloren	216
Sommergewitter	219
Kurz zu lang	221
Die da oben	223
Lebender Katalog	225

Ballberührung	227
Schockgefroren	229
Macht des Geistes	231

Raum

Umgebung, Terrain, Revier	235
Dem Raum Bedeutung geben	237
Raumteiler	238
Wände	238
Beispiele für den Einsatz bei Active Training	239
Hier stehe ich!	240
4 Ecken	244
Begrüßungs-Kugellager	247
Promi und Networker	249
Fern gesteuert	252
Innere Uhr	254
Krokodilfluss überqueren	256
Zukunftsspaziergang	258
Lauscher an der Wand	260

Fantasie

Fantasie öffnet Türen im Kopf	265
Beispiele für den Einsatz bei Active Training	265
Kopfkino und Gehirn	265
Fantasie als Möglichkeitssinn	266
Fantasie und Ziele: »Wo will ich hin?«	267
Fantasie sichtbar machen	267
Wem liegt Fantasie?	268
Der Fremde	270
Wortkarg	272
Die Fee	274
Gedanken lesen	276
Konferenz inneres Team	279
Das Geheimnis der Namen	282
Alles in einem Satz	285

Roboter und Chefs	287
Schon daheim	289
Batterie aufladen	291
Typisch wir!	293
Flusslauf	295
Schutzengel	297

Geschichten

Die Kraft einer guten Geschichte	301
Geschichten brauchen Zeit	303
Atmosphäre	303
Wie finde ich gute Geschichten?	304
Story Telling	304
Unternehmenstheater	305
Seminargeschichten	306
Mini-Mysteries	309
Brainjogging	311
Der Bücherwurm	315

Hinterher

Wann fangen Sie an?	318
Der innere Schweinehund	318
Wie können Sie sich mit Ihrem inneren Schweinehund einigen?	320
Literaturverzeichnis	322
Die Ideengeber	323