

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einführung</b>	9	<b>Trainingstechniken</b>	41
<b>Sensitivity-Training</b>	13	Intragruppen-Sitzungen	41
<b>Geschichtliche Entwicklung</b>	13	Intergruppen-Sitzungen	43
<b>Theoretischer Bezugsrahmen</b>	13	Feedback	43
Human Relations-Ansatz	13	Soziogrammübungen	47
Therapeutischer Ansatz	14	Kommunikationsübungen	50
Kritische Betrachtung	16	Kooperationsübungen	53
<b>Trainingsziele</b>	17	Konsens- und Entscheidungsübungen	53
Nahziele	17	Durchsetzungsübungen	54
Fernziele	17	Kritische Betrachtung	55
Kritische Betrachtung	18	<b>Trainerverhalten</b>	56
<b>Trainingsrichtungen</b>	19	Trainerausbildung	56
Leistungsorientierte Trainings	19	Trainerfunktion	57
<i>Organisationstraining</i>	19	Kritische Betrachtung	59
<i>Instrumentelles Laboratorium</i>	21	<b>Trainingsauswirkungen</b>	66
<i>Organisations-Entwicklungs-Training</i>	23	Diagnostikinstrumente	66
<i>Berufsorientierte Anwendungsgruppen</i>	25	Wahrnehmung und Einstellung	67
Personenorientierte Trainings	26	Einfühlungsvermögen	68
<i>Selbsthilfe-Gruppen</i>	26	Veränderung des Arbeitsklimas	69
<i>Selbstentfaltungsgruppen</i>	26	Verhaltensänderung	69
Kritische Betrachtung	27	Zusammenfassung	70
<b>Trainingsteilnehmer</b>	29	<b>Encounter</b>	72
Zusammensetzung	29	<b>Geschichtliche Entwicklung</b>	72
Teilnahmegründe	29	<b>Theoretischer Bezugsrahmen</b>	73
Anforderungen	32	Humanistisch-psychologischer Ansatz	74
Kritische Betrachtung	33	Gesprächstherapeutischer Ansatz	74
<b>Trainingsorganisation</b>	33	Nonverbaler Ansatz	75
Äußere Bedingungen	33	Kritische Betrachtung	76
Arbeitsformen	34	<b>Trainingsziele</b>	77
Kritische Betrachtung	36	Selbstentfaltung	77
<b>Trainingsverlauf</b>	37	Begegnung mit anderen	78
Intrapersonales Modell	39	Kritische Betrachtung	79
Interpersonales Modell	40	<b>Trainingsrichtungen</b>	80
		Begegnungsgruppen	80
		<i>Gesprächs-Encounter</i>	80
		<i>Handlungszentrierte Encounter</i>	83
		Marathongruppen	85

Bewußtheitsgruppen	86
Bioenergetische Gruppen	86
Nackt-Encounter	88
Gestalttraining	89
Psychodrama-Gruppen	89
Kreativitätsgruppen	90
Erlebnisgruppen	90
Spontangruppen	91
Kritische Betrachtung	91
<b>Trainingsteilnehmer</b>	95
Zusammensetzung	95
Teilnahmegründe	95
Anforderungen	96
Kritische Betrachtung	97
<b>Trainingsorganisation</b>	98
Äußere Bedingungen	98
Arbeitsformen	99
Kritische Betrachtung	99
<b>Trainingsverlauf</b>	100
Eröffnungsphase	100
Negativ- und Widerstandsphase	100
Abhängigkeitsphase	101
Veränderungsphase	101
Endphase	101
<b>Trainingstechniken</b>	102
Empfindungserfahrung	102
Ausdrucksübungen	103
Psychodrama	104
Gestaltübungen	106
Kritische Betrachtung	106
<b>Trainerverhalten</b>	108
Trainerausbildung	108
Trainerfunktion	110
Kritische Betrachtung	111
<b>Trainingsauswirkungen</b>	114
Diagnostikinstrumente	114
Undifferenzierte Aussagen	114
Wahrnehmung und Einstellung	115
Einfühlungsvermögen	115
Verhaltensänderung	116
Negative Auswirkungen	116
Zusammenfassung	116

<b>Verhaltenstraining</b>	118
<b>Geschichtliche Entwicklung</b>	118
<b>Theoretischer Bezugsrahmen</b>	120
Lernen unangemessener Verhaltensweisen	120
Lernen erwünschter Verhaltensweisen	122
Modell- und Beobachtungslernen	122
Bekräftigungslernen	122
Gegenkonditionierung	122
Kritische Betrachtung	124
<b>Trainingsziele</b>	124
Zielformulierung	124
Zielprogrammierung	127
Kritische Betrachtung	130
<b>Trainingsrichtungen</b>	130
Innovations- und Kreativitätstraining	131
Planungs- und Entscheidungstraining	132
Kommunikations- oder Gesprächstraining	132
Kooperations- und Konflikttraining	133
Kritische Betrachtung	133
<b>Trainingsteilnehmer</b>	134
Zusammensetzung	134
Teilnahmegründe	134
Anforderungen	135
Kritische Betrachtung	135
<b>Trainingsorganisation</b>	136
Äußere Bedingungen	136
Arbeitsformen	138
Kritische Betrachtung	139
<b>Trainingsverlauf</b>	139
Verlaufsphasen	139
Verlaufsbeispiel	141
<b>Trainingstechniken</b>	142
Allgemeine Techniken	142
Desensibilisierung	143
Flooding	144

Rollenspiele 144  
Spezielle Techniken 145  
Kreativitätstechniken 145  
Kommunikationstechniken 146  
Kooperations- und Konflikt-  
bearbeitungstechniken 148  
Kritische Betrachtung 149

Trainerverhalten 151  
Trainerausbildung 151  
Trainerfunktion 151  
Kritische Betrachtung 157

Trainingsauswirkungen 159  
Diagnostikinstrumente 159  
Veränderungen im individuellen  
Verhalten 160

Veränderungen im sozialen  
Verhalten 160  
Zusammenfassung 161

**Checkliste für den Besuch  
eines gruppenspezifischen  
Trainings 163**

**Glossar 165**

**Literaturschlüssel 173**

**Literaturverzeichnis 176**

**Personenregister 188**

**Sachregister 189**