

# Diplomlehrgang

## Train the Trainer - online

### Curriculum

**Ansprechperson:**

Mag.a Miriam Auer  
[miriam.auer@kaos4all.com](mailto:miriam.auer@kaos4all.com)  
0676.841953.215

## Beschreibung der Organisationsform

Der Lehrgang Train the Trainer findet im **Setting-Mix aus Webinar, eLearning, Präsenz-Workshop sowie selbstorganisierter Arbeit in der Peer-Group** statt.

Die TeilnehmerInnen der vorliegenden Ausbildung sind nach erfolgreicher Absolvierung des Lehrgangs bestens gerüstet, um als Trainer\_innen bzw. Lernbegleiter\_innen in der Aus- und Weiterbildung sowie in Bildungs- und Beratungskontexten tätig zu sein.

Der Lehrgang orientiert sich an den **aktuellsten Anforderungen der Erwachsenenbildung** und wird laufend dahingehend evaluiert und adaptiert. Z. B. wurde der Lehrgang im letzten Jahr um die Module agile Lernprozessbegleitung sowie agile Kompetenzorientierung erweitert.

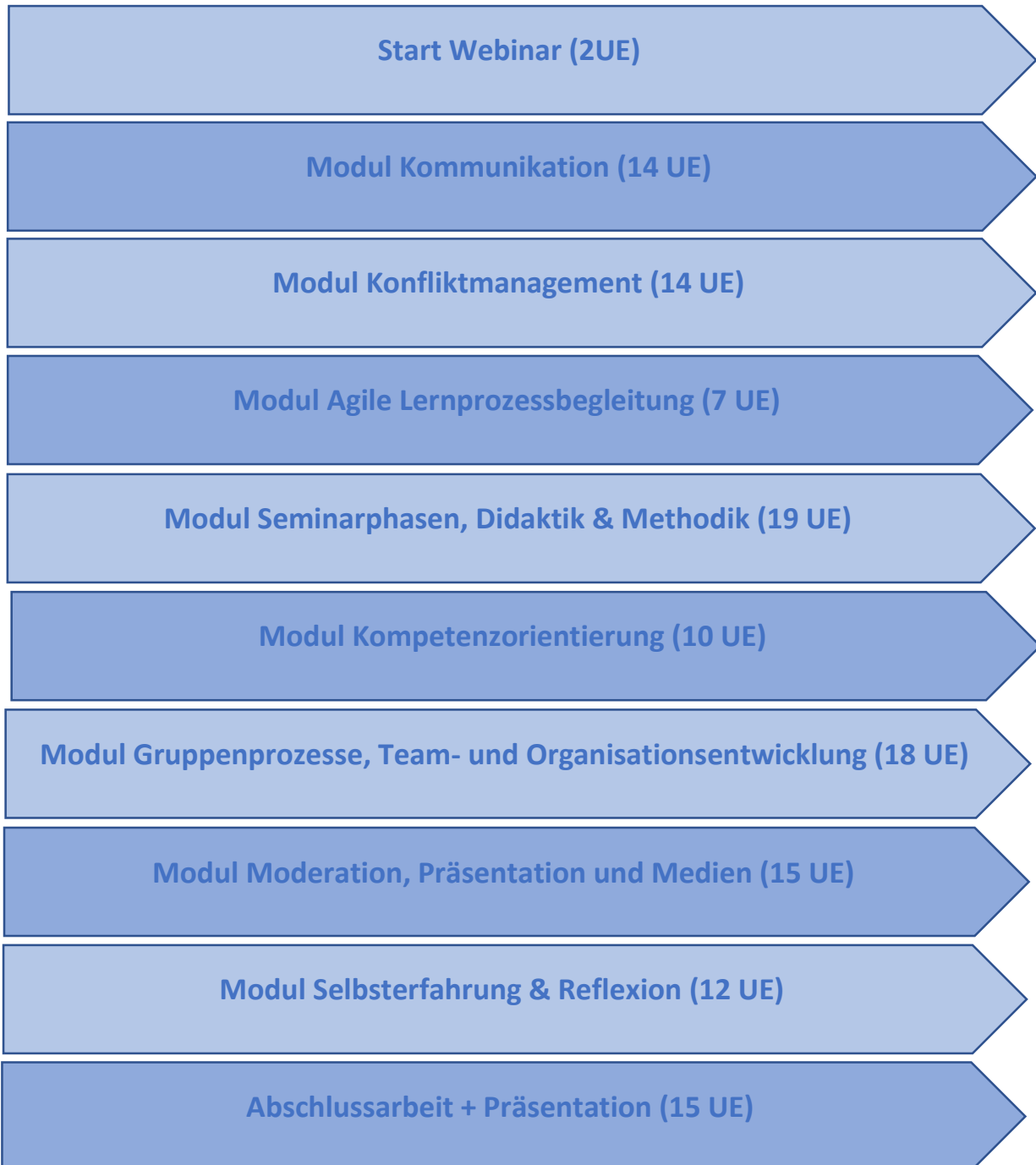
Inhaltlich sowie vom Umfang her entspricht der Lehrgang den Qualifikationsanforderungen für Trainer\_innen im AMS-Kontext.

Unser Diplomlehrgang ist von der **Weiterbildungsakademie Österreich** mit 8,5 ECTS zertifiziert ([www.wba.or.at](http://www.wba.or.at)).

## Übersicht

### Aufbau, Inhalt und Organisationsform

**125 UE bestehend aus 8 Modulen, einem Start-Webinar und einer Abschlussarbeit +Präsentation:**



Es wird erklärt, vermittelt, ausprobiert und diskutiert im spannenden **Setting-Mix** aus ...

## Webinare

(2 UE pro Webinar)

### Start Webinar:

allgemeine Informationen zum Lehrgang, Einführung in die Nutzung der Lernplattform, Erläuterungen zu Struktur und Aufbau des Lehrgangs, Abklärung von Teilnahmemodalitäten und Terminen, offene Fragen...

### Einführungswebinar

zu jedem Modul:

Theoretische Einführung in das Thema, Abklärung von Arbeitsaufträgen, Austausch

Insgesamt: 18 UE

## eLearning

inkl. Workbook zu jedem Modul

Flexibel

Individuell

Zeitunabhängig

Ortsunabhängig

Insgesamt: 50 UE

## Online-Workshop

Vier Tage à 8 UE

Intensive Auseinandersetzung mit dem Thema

Individuelle methodische Aufarbeitung

Austausch und Vernetzung

Insgesamt: 32 UE

## Peer-Group

Selbstorganisiertes Lern- und Reflexionssetting

In Kleingruppen

Insgesamt: 10 UE

Abschlussarbeit + Präsentation

15 UE

# Inhalte und Lernziele im Detail

## MODUL 1 - KOMMUNIKATION

### Inhalte

- ✓ Allgemeine Einführung in das Thema Kommunikation
- ✓ Was ist Kommunikation?
- ✓ Grundmerkmale von verbaler und nonverbaler Kommunikation
- ✓ Kommunikationsfilter
- ✓ Die vier Seiten einer Nachricht als Basis erfolgreicher Kommunikation
- ✓ Gewaltfreie Kommunikation
- ✓ Selbst- & Fremdwahrnehmung im Kontext von Kommunikation > Feedback & Reflexion

### Lernziele

- ✓ Der/Die Teilnehmer\_in verfügt über allgemeine Infos sowie ein Grundverständnis von Kommunikation
- ✓ Der/Die TN\_in ist sich seines\_ihres Kommunikationsstils und dessen Wirkung auf andere bewusst
- ✓ Der/Die TN\_in ist dazu in der Lage, verschiedene Formen der Kommunikation im Training bzw. in der Lernbegleitung gezielt einzusetzen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt das Kommunikations-Modell von Schulz von Thun
- ✓ Der/Die TN\_in weiß über die zentralen Aspekte & Elemente von erfolgreicher Kommunikation Bescheid und kann diese im Training situationsadäquat einsetzen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt das Modell der Gewaltfreien Kommunikation und weiß um deren Vorteile und Risiken
- ✓ Der/Die TN\_in ist sich seiner/ihrer Rolle & Funktion als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in im Kontext von Kommunikation bewusst
- ✓ Der/Die TN\_in weiß zwischen Fremd- und Selbstwahrnehmung zu unterscheiden
- ✓ Der/Die TN\_in kann als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in sowohl konstruktiv Feedback geben als auch Feedback annehmen und damit professionell umgehen
- ✓ Der/Die TN\_in hat ein individuelles Selbst-/Fremdwahrnehmungsprofil erstellt und in der Peergroup reflektiert
- ✓ Der/Die TN\_in kann die im Lehrgang erarbeiteten Inhalte sowohl im Gruppen- als auch im Einzelsetting professionell anwenden und vermitteln

### Dauer/Umfang & Organisationsform ...

- ✓ Umfang gesamt: 13 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 6 UE, Präsenz-Workshop: 4 UE, Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## MODUL 2 - KONFLIKTMANAGEMENT

### Zentrale Inhalte

- ✓ Allgemeine Einführung in das Konfliktmanagement
- ✓ Analyse von Konflikten & Konfliktbearbeitung
- ✓ Agile Methoden in der Konfliktbearbeitung
- ✓ Selbstreflexion des individuellen Konfliktyps

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in erkennt soziale Konflikte und kann Eskalationsstufen einschätzen sowie Konfliktverhalten erkennen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Phasen der Konfliktbearbeitung und kann die Konfliktlösung mit Hilfe von gewaltfreier Kommunikation unterstützen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt zielführende Methoden zur Konfliktbearbeitung, kann selbst Rollen wechseln bzw. Rollenwechsel einleiten und erkennt den Unterschied zwischen Beobachtung und Bewertung
- ✓ Der/Die TN\_in ist sich seines\_ihres eigenen Konfliktverhaltens bewusst und kann auf einer Metaebene die eigene Rolle situationsadäquat wechseln

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 14 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 6 UE, Präsenz-Workshop: 4 UE, Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 2 UE

## MODUL 3 - AGILE LERNPROZESSBEGLEITUNG

### Zentrale Inhalte

- ✓ agiles Lernen versus klassisches Training

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Grundlagen und Anforderungen des agilen, kompetenzorientierten und individuellen Lernens
- ✓ Der/Die TN\_in weiß um die Bedeutung von Lernzielen und kann diese definieren sowie TN\_innen-orientiert ausformulieren
- ✓ Der/Die TN\_in kennt seine\_ihre Rolle als agiler Lernbegleiter bzw. agile Lernbegleiterin
- ✓ Der/Die TN\_in kann Menschen bei der Planung und Umsetzung individueller Lernwege und Strategien begleiten und unterstützen

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 7 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 4 UE, Präsenz-Workshop: 0 UE und Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## MODUL 4: SEMINARPHASEN, DIDAKTIK & METHODIK

### Zentrale Inhalte

- ✓ Einführung in die Grundlagen der Didaktik
- ✓ Phasen eines Coachings/Trainings
- ✓ Methoden des agilen Lernens
- ✓ Methoden im distance learning
- ✓ Methoden im Einzelcoaching
- ✓ Methoden zur Selbstorganisation

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Grundlagen der Didaktik in Bezug auf eine professionelle Planung, Organisation & Umsetzung von Gruppenseminaren, Einzelcoachings und Webinaren
- ✓ Der/Die TN\_in kann Lernziele definieren und auf deren Grundlage den didaktischen Aufbau, die Inhalte und die passenden Methoden planen und umsetzen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Phasen eines Coachings bzw. Trainings und weiß um deren Bedeutung/Funktion
- ✓ Der/Die TN\_in kann distance learning Einheiten in Form von Webinaren sowie in Form der Betreuung von Selbststudium planen, anleiten und mit den Teilnehmer\_innen gemeinsam reflektieren
- ✓ Der/Die TN\_in kennt agile Tools im Einzelcoaching und kann diese situationsadäquat anleiten und reflektieren
- ✓ Der/Die TN\_in kennt Methoden der Selbstorganisation in der Trainer\_innen-Rolle, um Lernziele und Seminareinheiten professionell zu organisieren und zu dokumentieren
- ✓ Der/Die TN\_in ist dazu in der Lage, Seminareinheiten kompetenzorientiert zu planen und umzusetzen

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 19 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 7 UE, Präsenz-Workshop: 8 UE und Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 2 UE



## MODUL 5 - KOMPETENZORIENTIERUNG

### Zentrale Inhalte

- ✓ Vermittlung von Basiswissen in punkto Kompetenzorientierung
- ✓ Vermittlung diverser Methoden der Kompetenzorientierung
- ✓ Aufbau, Struktur und Planung eines Kompetenzorientierten Unterrichts
- ✓ Aufbau, Struktur und Planung individueller Lernwege

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in lernt die wichtigsten theoretischen Grundlagen der Kompetenzorientierung, um diese in einen lehr-/lerntheoretischen Zusammenhang einordnen zu können
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Begriffe der Ganzheitlichkeit und Interdisziplinarität sowie deren zugrundeliegende Prinzipien
- ✓ Der/Die TN\_in lernt mehr über das Konzept des selbstgesteuerten Lernens und Problem-Based Learning als Methode für lösungsorientiertes Training kennen
- ✓ Der/Die TN\_in lernt die Begriffe der Lern- und Lerner\_innenorientierung sowie deren Differenzierung kennen
- ✓ Der/Die TN\_in lernen, die Prinzipien der Lern- und Lerner\_innenorientierung in das Training bzw. die Trainingsvorbereitung zu integrieren
- ✓ Der/Die TN\_in weiß seine\_ihre Rolle als Trainer\_in und kann die Unterschiede zur Perspektive der Teilnehmer\_innen reflektieren, um die Trainingsinhalte mit der Lebenswelt der Teilnehmer\_innen zu verknüpfen.
- ✓ Der/Die TN\_in lernt die Begriffe Out-/Inputorientierung sowie deren Differenzierung kennen
- ✓ Der/Die TN\_in lernt wie man Lernziele richtig formuliert und wie Lernziele im Training und in der Lernbegleitung eingesetzt werden.
- ✓ Der/Die TN\_in lernt weitere verschiedene Kompetenzen kennen und wird in den Europäischen Qualifikationsrahmen eingeführt
- ✓ Der/Die TN\_in lernt den Begriff der Handlungsorientierung kennen
- ✓ Der/Die TN\_in kann zukünftige Trainings Kompetenzorientiert aufbereiten und das Gelernte im Alltag integrieren

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 10 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 7 UE, Präsenz-Workshop: 0 UE und Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## MODUL 6 - GRUPPENPROZESSE, TEAM- & ORGANISATIONSENTWICKLUNG

### Zentrale Inhalte

- ✓ Erwartungsmanagement
- ✓ Teambuilding & Gruppendynamik
- ✓ Konstruktive Kritik, Feedback und Umgang mit unpassender Kritik/Angriffen
- ✓ Aufbau von Netzwerken und Kooperationen

### Lernziele

- ✓ Der/Die Teilnehmer\_in kann seine\_ihre Ziele im Training für sich definieren und klar an den\_die Teilnehmer\_in bzw. an die Gruppe formulieren und Erwartungen konstruktiv und zielgerichtet klären
- ✓ Der/die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in mit den Erwartungen der Teilnehmenden bzw. der Gruppe umgehen und diese steuern
- ✓ Der die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in die Erwartungen der Teilnehmenden bzw. der Gruppe laufend mit seinen\_ihren eigenen Erwartungen abgleichen
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über allgemeines Wissen betreffend soziale Interaktion und Gruppenprozesse sowohl im Präsenz- als auch im online-Setting, erkennt diese und kann damit konstruktiv umgehen;
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über ein hilfreiches Methodenset um Teambuilding sowohl im Präsenz- als auch im online-Setting (Webinare, Lernplattformen etc.) zu stärken und eine Gruppe arbeitsfähig zu machen
- ✓ Der/Die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in mit Widerstand konstruktiv umgehen
- ✓ Der/Die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Trainer\_in konstruktive Kritik geben sowie Kritik/Feedback annehmen und nutzen
- ✓ Der/Die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Trainer\_in mit unpassender Kritik und Angriffen umgehen und diese zielgerichtet kanalisieren
- ✓ Der/Die TN\_in kann diese Inhalte in seiner\_ihrer Rolle als Trainer\_in professionell vermitteln
- ✓ Der/Die TN\_in weiß, wie Netzwerke und Kooperationen funktionieren und kann in seiner\_ihrer Rolle als Trainer\_in in Zukunft TN\_innen dabei anleiten und begleiten, selbst Netzwerke aufzubauen

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 18 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 7 UE, Präsenz-Workshop: 8 UE, Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## MODUL 7 – MODERATION, PRÄSENTATION & MEDIEN

### Zentrale Inhalte

- ✓ Basisfähigkeiten der Lernbegleitung
- ✓ Moderationsaufgaben einer Lernbegleiterin bzw. eines Lernbegleiters
- ✓ Low Level Interventions versus High Level Interventions
- ✓ Schwierige Situationen im Coaching/Training – kreative Lösungen
- ✓ Einführung in die Themen: Präsentation und Visualisierungen
- ✓ Professionelle Nutzung von Medien im Training

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Moderationsaufgaben von Lernbegleiter\_innen/Trainer\_innen
- ✓ Der/Die TN\_in weiß um die Unterschiede von Methoden und Interventionen und ist dazu in der Lage, diese situationsadäquat anzuwenden; Er/Sie kennt deren Funktionsweisen sowie potenzielle Risiken;
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über ein ausreichendes Methodenset, um mit schwierigen Situationen im Training erfolgreiche umgehen zu können
- ✓ Der/Die TN\_in ist sich seiner\_ihrer Außenwirkung sowie deren wesentlicher Elemente bewusst und kann verschiedene Elemente seines Auftretens als Trainer\_in reflektieren und steuern;
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über Methoden, um mit Nervosität konstruktiv und lösungsorientiert umgehen zu können
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Hauptelemente einer Präsentation und weiß, worauf es bei einer gelungenen Präsentation ankommt;
- ✓ Der/Die TN\_in kann Botschaften in einer visuellen Präsentation TN\_innen-orientiert formulieren und darstellen
- ✓ Der/Die TN\_in kennt unterschiedliche Präsentationstools, weiß um deren Wirkungsweisen und potenzielle Risiken und kann diese situationsadäquat einsetzen
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über Basiswissen im Umgang mit PowerPoint und kann dieses in der Gestaltung von Präsentationen zielgerichtet nutzen

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 15 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 8 UE, Präsenz-Workshop: 4 UE, Arbeit bzw. Austausch und Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## MODUL 8 - SELBSTERFAHRUNG & REFLEXION

### Zentrale Inhalte

- ✓ Sich als Trainer\_in wahrnehmen – individuelle Besonderheiten und Stärken sowie Handlungsfelder erkennen
- ✓ Überzeugungskraft von innen und nach außen

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in weiß, wie er\_sie als Trainer\_in wahrgenommen wird
- ✓ Der/Die TN\_in kennt seine\_ihre Stärken und Schwächen im Coaching bzw. im Training
- ✓ Der/Die TN\_in kennt seine\_ihre Besonderheiten als Trainer\_in und weiß diese als USP einzusetzen
- ✓ Der/Die TN\_in kann sein\_ihr Auftreten, seine\_ihre Wirkung und seine\_ihre Message gegenüber von potenziellen Kunden und Kundinnen zielgerichtet steuern und sich selbst in 30 Sekunden verkaufen

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 12 UE
- ✓ Verteilung im Detail: Webinar: 2 UE, Lernplattform: 5 UE, Präsenz-Workshop: 4 UE, Arbeit bzw. Austausch/Reflexion in der Peergroup: 1 UE

## Abschlussarbeit mit Präsentation

Bis zum Ende des Lehrgangs verfassen die Teilnehmer\_innen ein Seminarkonzept und präsentieren es der Prüfungskommission.

Die Abschlusspräsentationen finden einzeln und nach vorheriger Terminabsprache am Kursende statt.

Detaillierte Informationen zu den Anforderungen an das Seminarkonzept erhalten die Teilnehmer\_innen beim Start-Webinar.

### Dauer/Umfang & Organisationsform

- ✓ Umfang gesamt: 15 UE

## Unsere Trainerinnen



### **Mag.a Susanna Mühlbacher**

Susannas Schwerpunkte im Diplomlehrgang Train the Trainer sind die Themen Moderation, Präsentation und Medien, agile Lernprozessbegleitung, Seminarphasen, Methodik und Didaktik sowie Selbsterfahrung und Reflexion.

Susanna ist Gründerin des online.achtsamkeitszentrums und Geschäftsführerin des Achtsamkeitszentrums Hall in Tirol. Seit 2002 arbeitet Susanna als Trainerin und spezialisierte sich im Laufe der Jahre auf die Begleitung von Einzelpersonen und Gruppen in Veränderungsprozessen.

Susanna war für das BMW Werk Leipzig im Change Management tätig, unterstützte die Siemens AG München beim Thema Work-Life-Balance und bringt ihre Kompetenzen nicht nur beim KAOS Bildungsservice sondern auch beim BFI Tirol, WIFI, die Berater sowie im Ausbildungslehrgang für MediatorInnen ein.

Susanna ist es besonders wichtig, dass ihre TeilnehmerInnen Leichtigkeit und neue Handlungsmöglichkeiten für ihre Arbeit im Training mitnehmen können.



### **Mag.a Sabine Pogadl**

Sabine Pogadl begleitet unsere Teilnehmenden während der Module Kommunikation, Konfliktmanagement, Kompetenzorientierung und Gruppenprozesse, Team- und Organisationsentwicklung.

Sabine ist Mitgründerin und Geschäftsführerin des Instituts fair! Kompetenzzentrum für Mediation und seit vielen Jahren sowohl in der Lehre als auch in der Praxis der Mediation tätig.

Neben ihrer Tätigkeit als Mediatorin und Konfliktmanagerin ist sie als Unternehmensberaterin, Moderatorin sowie als Family Support Trainerin tätig. Darüber hinaus ist Sabine Mitglied der Schiedskommission der Medizinischen Universität Innsbruck.