



# Train the Trainer

## Diplomlehrgang

### Curriculum

**KAOS Bildungsservice gGmbH**

Südtiroler Platz 14-16  
6020 Innsbruck

**Ansprechperson**

Miriam Auer  
[miriam.auer@kaos4all.com](mailto:miriam.auer@kaos4all.com)  
0676841953215

## Beschreibung der Organisationsform

Der Lehrgang Train the Trainer findet im Setting-Mix aus eLearning, Präsenz-Workshops 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 evaluiert und adaptiert.

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

Unser Diplomlehrgang ist von der Weiterbildungsakademie Österreich mit 9,0 ECTS akkreditiert ([www.wba.or.at](http://www.wba.or.at)).

### Förderungen

- ✓ Der Lehrgang wird durch das Tiroler Bildungsgeld Update mit 30 % gefördert. Eine Antragstellung ist hier möglich: [www.tiroler-bildungskatalog.at](http://www.tiroler-bildungskatalog.at).
- ✓ Weitere individuelle Förderungen z. B. durch das Land Südtirol oder das AMS sind möglich.

# Übersicht

TRAIN THE TRAINER  
DIPLOMLEHRGANG

138UE bestehend aus neun Modulen, einer  
Trainer\_innen-Werkstatt und einer Abschlussarbeit  
mit Präsentation

- Planung, Gestaltung und Organisation von Trainings (9,5 UE)

---
- Kommunikation und Gespräch kompetent leiten (13,5 UE)

---
- Konfliktmanagement (13,5 UE)

---
- Trainingsphasen, Didaktik und Methodik (13,5 UE)

---
- Agile Lernprozessbegleitung & digitales Lernen (13,5 UE)

---
- Kompetenzorientierung im Training (13,5 UE)

---
- Gruppenprozesse, Team- und Organisationsentwicklung (13,5 UE)

---
- Moderation & Präsentation (13,5 UE)

---
- Selbsterfahrung & Reflexion (13,5 UE)

---
- Trainer\_innen-Werkstatt (4,5 UE)

---
- Seminarkonzept-Werkstatt (9 UE)

---
- Abschluss (Seminarkonzept und Präsentation mit Peer-Feedback) (7 UE)

---

# Diplomlehrgang Train the Trainer

138 UE

Workshops	E-Learning	Peer-Group	Konzept & Abschluss	Trainer_innen-Werkstatt
Neun Tage zu 8,5 UE	Individuell	Selbstorganisiert	Seminarkonzept-Werkstatt	Beratung
Austausch und Vernetzung	ortsunabhängig	in Kleingruppen	Peer-Feedback	Austausch
Starker Praxisbezug	Zeitunabhängig	Reflexion	Präsentation	Beispiele aus der Praxis
Insgesamt 76,5 UE	Insgesamt 32 UE	Insgesamt 9 UE	Insgesamt 16 UE	Insgesamt 4,5 UE

## MODUL 1 – SEMINARE PLANEN UND GESTALTEN

### Inhalte

- ✓ Allgemeine Einführung in die Seminarplanung
- ✓ Zielgruppenanalyse
- ✓ Seminarziele formulieren
- ✓ Inhaltliche Planung und Strukturierung
- ✓ Methodenauswahl und Didaktik
- ✓ Planung und Durchführung von Übungen und Gruppenarbeiten
- ✓ Zeitmanagement
- ✓ Evaluierung und Feedback

### Lernziele

- ✓ Der/Die Teilnehmer\_in ist in der Lage die Grundlagen der Seminarplanung zu erklären und zu beschreiben.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Bedeutung der Zielgruppe und kann erklären, warum die Auseinandersetzung mit der Zielgruppe bei der Seminarplanung relevant ist.
- ✓ Der/Die TN\_in ist in der Lage, Seminarinhalte an die Bedürfnisse der Zielgruppe selbständig anzupassen.
- ✓ Der/Die TN\_in kann Seminar- und Lernziele nach der SMART Methode und unter Beachtung der Lernzieltaxonomie formulieren und festlegen.
- ✓ Der/Die TN\_in kann ein geplantes Seminar gliedern und strukturieren.
- ✓ Der/Die TN\_in ist in der Lage, verschiedene Methoden unter Beachtung der Zielgruppe auswählen und benennen.
- ✓ Der/Die TN\_in kann einen Zeitplan für ein Seminar entwickeln. Er/Sie weiß, wie unter Zeitdruck zu reagieren ist und wieder der Seminarplan spontan dahingehend anzupassen ist.

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		9,5 UE
Verteilung im Detail		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	0 UE	1 UE

### Inhalte

- ✓ Allgemeine Einführung in das Thema Kommunikation
- ✓ Grundlagen der Kommunikation?
- ✓ Verbale und nonverbale Kommunikation
- ✓ Kommunikationsfilter
- ✓ Die vier Seiten einer Nachricht
- ✓ Gewaltfreie Kommunikation
- ✓ Selbst- & Fremdwahrnehmung im Kontext von Kommunikation

### Lernziele

- ✓ Der/Die Teilnehmer\_in verfügt über allgemeine Infos sowie ein Grundverständnis von Kommunikation.
- ✓ 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 und kennt seine Relevanz für die praktische Tätigkeit als Trainer\_in.
- ✓ 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 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.

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
Verteilung im Detail		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## MODUL 3 - KONFLIKTMANAGEMENT

### Inhalte

- ✓ Allgemeine Einführung in das Thema Konfliktmanagement
- ✓ Methoden in der Konfliktbearbeitung
- ✓ Selbstreflexion des individuellen Konflikttyps
- ✓ Konfliktanalyse und -bearbeitung
- ✓ Die vier Seiten einer Nachricht
- ✓ Gewaltfreie Kommunikation
- ✓ Selbst- & Fremdwahrnehmung im Kontext von Kommunikation

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in erkennt soziale Konflikte und kann Eskalationsstufen einschätzen sowie Konfliktverhalten erkennen
- ✓ Methoden in der Konfliktbearbeitung Der/Die TN\_in kennt die Phasen der Konfliktbearbeitung und kann die Konfliktlösung selbständig unter Anwendung der Prinzipien 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

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
Verteilung im Detail		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

### Inhalte

- ✓ Grundlagen des Agilen Lernen, Lernen 4.0
- ✓ Rolle der Trainerin\_des Trainers in der agilen Lernprozessbegleitung
- ✓ Umsetzung der agilen Lernprozessbegleitung
- ✓ Agile Lernmethoden

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Grundlagen und Anforderungen des agilen 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 selbständig begleiten und unterstützen.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt unterschiedliche Methoden digitalen Lernens und kann diese selbständig, situations- und inhaltsadäquat einsetzen.
- ✓ Der/Die TN\_in kann Teilnehmende beim Anwenden digitaler Tools anleiten.

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
<b>Verteilung im Detail</b>		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## MODUL 5 - SEMINARPHASEN, DIDAKTIK & METHODIK

### Inhalte

- ✓ Grundlagen der Didaktik
- ✓ Digitale und analoge Methoden im Training
- ✓ Phasen eines Trainings
- ✓ Methoden im Einzelcoaching
- ✓ Methoden im Online-Training
- ✓ Methoden des Zeit- und Selbstmanagements

### 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.

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
<b>Verteilung im Detail</b>		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

### Inhalte

- ✓ Grundlagen der Kompetenzorientierung
- ✓ Methoden der Kompetenzorientierung
- ✓ Aufbau, Struktur und Planung eines Kompetenzorientierten Unterrichts
- ✓ Aufbau, Struktur und Planung individueller Lernwege

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die wichtigsten theoretischen Grundlagen und Prinzipien der Kompetenzorientierung, und kann diese selbständig in einen lehr-/lerntheoretischen Zusammenhang einordnen.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt das Konzept des selbstgesteuerten Lernens sowie das Problem-Based Learning als Methode für lösungsorientiertes Training.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Begriffe Lern- und Lerner\_innenorientierung und kann diese Prinzipien in das Training bzw. in die Vorbereitung eines Trainings integrieren.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt 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 wie man Lernziele richtig formuliert und wie Lernziele im Training und in der Lernbegleitung eingesetzt werden.
- ✓ Der/die TN\_in kann Trainings und Seminare kompetenzorientiert aufbereiten.

### Umfang und Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
<b>Verteilung im Detail</b>		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## MODUL 7 - GRUPPENPROZESSE, TEAM- & ORGANISATIONSENTWICKLUNG

### Inhalte

- ✓ Erwartungsmanagement
- ✓ Teambuilding
- ✓ Gruppendynamik
- ✓ Konstruktive Kritik und Feedback
- ✓ Netzwerken und Kooperationen

### Lernziele

- ✓ Der die TN\_in kann in seiner\_ihrer Rolle als Lernbegleiter\_in bzw. Trainer\_in und die Erwartungen der Teilnehmenden bzw. der Gruppe laufend mit seinen\_ihren eigenen Erwartungen abgleichen und nach Notwendigkeit flexibel reagieren.
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über allgemeines Wissen betreffend soziale Interaktion und Gruppenprozesse sowohl im Präsenz- als auch im online-Setting, erkennt Dynamiken und kann damit konstruktiv umgehen.
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über ein 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 und 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 kennt Methoden und Tools des Netzwerkens und der Kooperationen kann diese selbständig anwenden. Er/Sie 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.
- ✓ Der/Die Teilnehmer\_in kann seine\_ihre Ziele im Training definieren und diese für die Zielgruppe zielgerichtet formulieren.

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
Verteilung im Detail		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## MODUL 8 – MODERATION, PRÄSENTATION & MEDIEN

### Inhalte

- ✓ Grundlagen der Lernbegleitung
- ✓ Moderationsaufgaben einer Lernbegleiterin bzw. eines Lernbegleiters
- ✓ Low Level Interventions versus High Level Interventions
- ✓ Herausfordernde Situationen im Training und kreative Lösungen
- ✓ Einführung in die Themen: Präsentation und Visualisierungen Netzwerken und Kooperationen
- ✓ Professionelle Nutzung von Medien im Training

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Moderationsaufgaben von Lernbegleiter\_innen/Trainer\_innen und kann diese selbständig anwenden
- ✓ Der/Die TN\_in kennt die Unterschiede von Methoden und Interventionen und ist dazu in der Lage, diese situationsadäquat anzuwenden.
- ✓ Der/Die TN\_in verfügt über ein ausreichendes Methodenset, um mit schwierigen Situationen im Training erfolgreiche 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 kennt unterschiedliche Präsentationstools, weiß um deren Wirkungsweisen und potenzielle Risiken und kann diese situationsadäquat einsetzen.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt unterschiedliche Präsentationstools, weiß um deren Wirkungsweisen und potenzielle Risiken und kann diese situationsadäquat einsetzen.
- ✓ Der/Die TN\_in kann die im Lehrgang erarbeiteten Inhalte sowohl im Gruppen- als auch im Einzelsetting professionell anwenden und vermitteln.

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
<b>Verteilung im Detail</b>		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## MODUL 9 - SELBSTERFAHRUNG & REFLEXION

### Inhalte

- ✓ Selbstwahrnehmung in der Rolle als Trainer\_in bzw. Lernbegleiter\_in
- ✓ Überzeugungskraft von innen und außen

### Lernziele

- ✓ Der/Die TN\_in weiß, wie er\_sie als Trainer\_in bzw. Lernbegleiter\_in wahrgenommen wird.
- ✓ Der/Die TN\_in kennt seine\_ihre Stärken und Schwächen als Trainer\_in bzw. Lernbegleiter\_in und weiß diese gezielt.
- ✓ Der/Die TN\_in kann sein\_ihr Auftreten, seine\_ihre Wirkung und seine\_ihre Message gegenüber Kund\_innen selbständig und gezielt steuern.
- ✓ Der/die TN\_in kann sich selbst als Trainer\_in professionell verkaufen.
- ✓ Der/Die TN\_in hat ein individuelles Selbst-/Fremdwahrnehmungsprofil erstellt und in der Peergroup reflektiert.

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt		13,5 UE
<b>Verteilung im Detail</b>		
Workshop	E-Learning	Peer-Group
8,5 UE	4 UE	1 UE

## TrainerInnen-Werkstatt

### Inhalte

- ✓ Austausch mit anderen Teilnehmer\_innen zu konkreten Fallbeispielen aus der Praxis.
- ✓ Individuelle Beratung und Begleitung zu Anliegen aus der Praxis.

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt	4,5 UE
---------------	--------

## Seminarkonzept-Werkstatt

### Inhalte

- ✓ Themenfindung für das Seminarkonzept
- ✓ Individuelle Beratung und Begleitung beim Verfassen des Seminarkonzepts

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt	9 UE
---------------	------

Die Seminarkonzept-Werkstatt findet zweimal statt. Einmal am Anfang des Lehrgangs, einmal gegen Ende des Lehrgangs. Im ersten Teil geht es darum, dass die Teilnehmenden bei der Themenfindung, Strukturierung, beim Zeitmanagement usw. individuell beraten und begleitet werden. Im zweiten Teil besteht die Möglichkeit letzte Fragen zum verfassten Konzept zu klären, Unsicherheiten zu besprechen und ein letztes Feedback vor der Abschlusspräsentation einzuholen.

## Präsentation Seminarkonzept inkl. Peer-Feedback

Die Teilnehmenden präsentieren ihr Seminarkonzept vor einer Prüfungskommission und der Teilnehmendengruppe.

Es handelt sich hierbei um keine Prüfung sondern um einen Austausch zum präsentierten Konzept. Die Prüfungskommission fungiert als „potenzielle Kund\_innen“ für das präenterte Konzepte. Würde das Konzept von der Kommission gekauft werden? Unter diesem Aspekt findet das Fachgespräch statt.

Die Teilnehmenden haben die Aufgabe, aufgrund der im Lehrgang gelernten und trainierten Feedbackregeln und Methoden ein konstruktives und wertschätzendes Feedback zu geben.

### Umfang & Organisationsform

Umfang gesamt	7 UE
---------------	------

## Unsere Trainer\_innen

	<p style="text-align: center;"><b>Mag.a Susanna Mühlbacher</b></p> <p>Susannas Schwerpunkte im Diplomelehrgang Train the Trainer sind die Themen Trainingsphasen, Didaktik und Methodik, Moderation und Präsentation, sowie Selbsterfahrung und Reflexion.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Susanna ist es besonders wichtig, dass ihre TeilnehmerInnen Leichtigkeit und neue Handlungsmöglichkeiten für ihre Arbeit im Training mitnehmen können.</p>
---	---

	<p style="text-align: center;"><b>Mag.a Sabine Putz</b></p> <p>Sabine begleitet unsere Teilnehmenden während der Module Kommunikation, Konfliktmanagement, Gruppenprozesse sowie Team- und Organisationsentwicklung.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>
---	--

**MMag.a Maria Spiss-Meraner**



Maria begleitet die Teilnehmenden durch die Themen Agile Lernprozessbegleitung, digitales Lernen sowie Kompetenzorientierung.

Maria verfügt über viele Jahre Erfahrung im Training und in der Leitung von Projekten mit unterschiedlichen Zielgruppen. Seit mehr als 3 Jahren ist sie im Bereich Bildungsmanagement tätig und bei KAOS Bildungsservice zuständig für Projektentwicklung und Innovation.

Maria ist es ein Anliegen die neuesten Entwicklungen im Bereich Lernen und Bildung für alle zugänglich und anwendbar zu machen, um Menschen in ihren individuellen Lernprozessen optimal zu unterstützen.