

# Gruppenregeln

1. Seien Sie Ihr eigener Chef, aber immer nur Ihr eigener! Übernehmen Sie immer die Verantwortung für sich selbst und seien Sie sich Ihrer Möglichkeiten und Grenzen bewusst!
2. Störungen haben immer Vorrang. Etwas nicht verstanden zu haben, das Gefühl gekränkt worden zu sein – all das hat Vorrang und sollte sofort geklärt werden.
3. Vertreten Sie sich selbst in Ihren Aussagen. Sprechen Sie per „ICH“ und nicht als „MAN“ oder „WIR“.
4. Sprechen Sie direkt und nicht indirekt. Ehrlichkeit schafft bessere Beziehungen als eine Kommunikation durch die „Blume“ und von „Hintenherum“.
5. Seien Sie zurückhaltend mit Verallgemeinerungen.
6. Experimentieren Sie mit sich. Versuchen Sie Neues, probieren Sie sich aus!
7. Denken Sie bitte bei dem, was Sie als „ICH“ tun auch an die Wirkung auf das „WIR“, also auf die Gruppe.
8. Versuchen Sie, die äußeren und institutionell vorgegebenen Rahmenbedingungen zu akzeptieren und einzuhalten. nichts stört mehr als eine Störung! Seien sie pünktlich, schalten Sie Ihr Handy aus, melden Sie sich vorher für das Seminar ab!
9. Auch als eigener Chef haben Sie eine Verantwortung für die Gruppe. Gestalten Sie die Gruppendynamik stets aktiv mit.
10. Behandeln Sie die hier gehörten/besprochenen persönlichen Details absolut vertraulich.