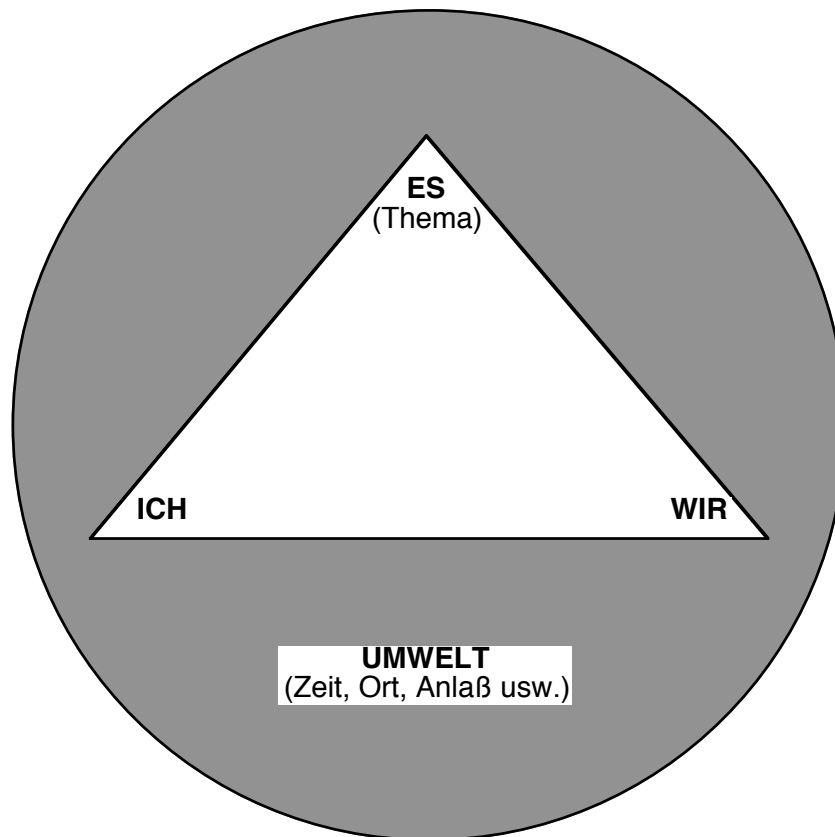


GRUPPEN: THEMENZENTRIERTE INTERAKTION (TZI) – nach Ruth Cohn –



Regeln für Gruppengespräche:

1. Versuche, in dieser Sitzung das zu geben und zu empfangen, was Du selbst geben und empfangen möchtest!
2. Sei Dein eigener Chairman! Bestimme, wann Du reden oder schweigen willst und was Du sagst!
3. Es darf nie mehr als einer auf einmal reden. Wenn mehrere Personen auf einmal sprechen wollen, muß eine Lösung für die Situation gefunden werden.
4. Unterbrich´ das Gespräch, wenn Du nicht wirklich teilnehmen kannst, z.B. wenn Du gelangweilt, ärgerlich oder aus einem anderen Grund unkonzentriert bist (Störungen haben Vorrang).
5. Sprich nicht per "man" oder "wir", sondern per "ich"!
6. Es ist beinahe immer besser, eine persönliche Aussage zu machen, als eine Frage an andere zu stellen.
7. Beobachte Signale aus Deiner Körperspähre und beachte Signale dieser Art bei den anderen Teilnehmern!