

KOMMUNIKATIONSEMPFEHLUNGEN

COMMUNITY BUILDING GUIDELINES

- 1. Sage deinen Namen, bevor du sprichst.**
Say your name before you speak.
- 2. Sprich persönlich und konkret, verwende »Ich«-Aussagen.**
Speak personally and specifically, using »I« statements.
- 3. Sprich, wenn du zum sprechen bewegt bist; sprich nicht, wenn du nicht zum sprechen bewegt bist.**
Speak, when moved to speak, don't speak, when not moved to speak.
- 4. Beziehe dich und andere mit ein; vermeide es, dich selbst und andere auszugrenzen.**
Be inclusive, avoid exclusivity of yourself and others.
- 5. Sei emotional präsent.**
Be emotionally present with the group.
- 6. Gehe ein Risiko ein.**
Take a risk.
- 7. Teile deinen Unmut der gesamten Gruppe mit, nicht ausserhalb des Kreises.**
Express displeasure in the group, not outside the circle.
- 8. Lasse dich ein, bleib dran.**
Commit to »hang in there«.
- 9. Übernimm Verantwortung für deinen Erfolg und den der Gruppe.**
Each person is responsible for his own success and success of the group.
- 10. Sei beteiligt - mit oder ohne Worte.**
Participate verbally or nonverbally.
- 11. Unvollkommenheit ist willkommen.**
Imperfection is essential.
- 12. Respektiere und bewahre absolute Vertraulichkeit.**
Respect strict confidentiality.

