



STÄRKUNG FÜR DIE PSYCHE

SELBSTHILFE ERDING

füreinander da sein

GRUPPENREGELN

Vertraulichkeit: Alles was in der Gruppe besprochen wird und geschieht bleibt in der Gruppe – es wird nichts nach außen getragen.

Wir gehen **achtsam** mit unseren Worten um.

Wir benutzen die **“Ich-Form”**, üben keine Kritik und gehen auch mit Ratschlägen bedacht um.

Missverständnisse werden wenn möglich gleich geklärt.

Wir achten alle auf den **pünktlichen Beginn** der Gruppentreffen und sind rechtzeitig da.

Wenn wir nicht teilnehmen können, **melden** wir **uns ab**. Beim 2. unentschuldigtem Fehlen, wird der Platz freigegeben und man wird auf die Warteliste gesetzt.

Jedes Mitglied ist sich über die **Mit-Verantwortung** am Verlauf der Treffen bewusst und geht mit der gemeinsamen Zeit achtsam um.