

Empfehlungen nach Scott Peck für gelingende Kommunikation und Gemeinschaftsbildung.

- Sei pünktlich zu jeder Gesprächs-Runde.
- Sag Deinen Namen, bevor Du sprichst.
- Sprich von Dir und Deiner momentanen Erfahrung (Erforsche Dich, doziere nicht, rechtfertige Dich nicht).
- Verpflichte Dich, am Ball zu bleiben, dran zu bleiben (Bleibe bis zum Ende jeder Runde).
- Schließe ein - vermeide jemanden auszuschließen.
- Drücke Dein Missfallen in der Gruppe aus, nicht außerhalb vom Kreis.
- Sei verantwortlich für Deinen persönlichen Erfolg (was Du für Dich aus der Runde oder dem Workshop herausholst).
- Sei beteiligt mit Worten oder ohne Worte.
- Sei emotional anwesend in der Gruppe.
- Höre aufmerksam und mit Respekt zu, wenn eine andere Person Dir etwas mitteilt. Formuliere nicht schon eine Antwort, während der andere spricht.
- Respektiere absolute Vertraulichkeit.
- Erkenne den Wert von Stille und Schweigen in Gemeinschaft.
- Gehe ein Risiko ein!
- Höre auf Deine innere Stimme und sprich, wenn Du dazu bewegt bist, sprich nicht, wenn Du nicht dazu bewegt bist.

Zur Beachtung:

Jede Gruppe darf ihre eigene Version der Empfehlungen entwickeln.

(Nicht zuletzt deshalb kursieren verschiedene Listen im Netz und deshalb ist die Liste nie fertig oder vollständig.) Gültigkeit besitzen Regeln im CB sowieso nur bis zum nächsten Chaos...