

# Telefongruppen

---



## Regeln für die Gruppenarbeit in einer Telefonkonferenz

- ... Haltet es unkompliziert.
- ... Wenn alle in der Telefonkonferenz angekommen sind, gibt es erst mal eine 'Runde des Wohlbefindes'. In der Reihenfolge unserer gemeinsamen Telefonliste erzählt jede(r) kurz, wie es ihr/ihm geht.
- ... Jeder Gesprächsbeitrag beginnt mit der Nennung des eigenen Vornamens und endet mit einem angesagten 'Punkt'.
- ... In einer Gruppe bis 12 Menschen ruckelt sich schnell in ein rücksichtsvolles Zusammenspiel zurecht.
- ... Im zweiten Teil kann es dann um gemeinsame Vorhaben und Projekte gehen. Oder eine Geschichte erzählt werden oder oder oder
- ... Länger als eine gute Stunde ist zu anstrengend, weil man sich gut zuhören und stark konzentrieren muss.

Probiert es aus. Es ist herzerwärmend, dass alle dabei sein und mitmachen können.

*Vielen Dank an Eva Bittner, Theater der Erfahrungen, Nachbarschaftsheim Schöneberg für das Teilen ihrer Erfahrungen*