

VEREINBARUNGEN FÜR DAS SEMINAR

A.) wie „Alles-bleibt-hier“ / Diskretion:

Du verpflichtest dich, Erlebnisse und persönliche Informationen anderer Teilnehmer nicht an Dritte weiterzugeben.

B.) wie „Bewusste Beteiligung“ / Eigenverantwortung:

Du verpflichtest dich, bei Schwierigkeiten mit anderen Teilnehmern, Seminarleitern, Übungen oder Situationen, bei denen für dich eine Grenze erreicht ist, deine Eigenverantwortung wahrzunehmen, d.h. nichts mitzumachen, was dir widerstrebt, sondern dich klar mitzuteilen, und dir, wenn du möchtest, Unterstützung aus dem Leiterteam zu holen.

C.) wie Contact / Sicherer Umgang:

Keine Gewalt gegen dich selbst, andere Menschen bzw. Gegenstände und Inventar, das nicht dafür vorgesehen ist. Es gilt die Stoppregel: Das Wort „Stopp!“ kannst Du jederzeit benützen, um eine Partnerübung oder eine Situation mit einem Gegenüber zuverlässig zu unterbrechen.

D.) wie Drogen / Bewusstseinsverändernde Substanzen:

Du verpflichtest dich, während dem Seminar keine bewusstseinsverändernden Substanzen (inkl. Alkohol), zu Dir zu nehmen. Wir empfehlen dir dies auch eine Woche vor und eine Woche nach dem Seminar einzuhalten.

E.) wie von Anfang bis zum Ende: Du entscheidest dich dafür, gemeinsam mit der Gruppe, bis zum Ende des Seminars dabei zu bleiben. Eine vorzeitige Abreise ist nur in dringenden Notfällen und in Absprache mit der Seminarleitung möglich. Die Erfahrung zeigt, dass dieser klare Entschluss in entscheidenden Momenten des eigenen Prozesses eine wesentliche Selbstunterstützung darstellt.

Hiermit stimme ich den beschriebenen Regeln A-E zu und werde mich an diese halten.