

# Gruppenübung Do Nachmittag



we are transpersonal

## Rollen



Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.

Wie schaffen wir Orientierung im Prozess? (Norman)

- Mental: Eintunen, Meditation, Erklärung zur Vorbereitung/zum Vorgehen (was passiert im Großen)
- Zeitlich: Fahrplan, Etappen, Grobe Abfolge oder Schritte
- Räumlich: Ankerpunkte im analogen Raum schaffen, Orientierungssystem, Aufenthaltsmöglichkeiten, Stuhlleise, Workshopwände, Gruppenräume etc...
- Emotional: Austausch in kleinen Gruppen, Intimität/Geheimhaltung, Regulierung, Spiele zum Wärmwerden

Timekeeper  
Liberator  
Emotionalist  
Akrobateur  
X Weise

Wie gestalten wir ein kokreatives Miteinander?

Wie schaffen wir es, nicht aus dem korrelativen Prozess rauszufallen?

4 Arten des Zuhörens.

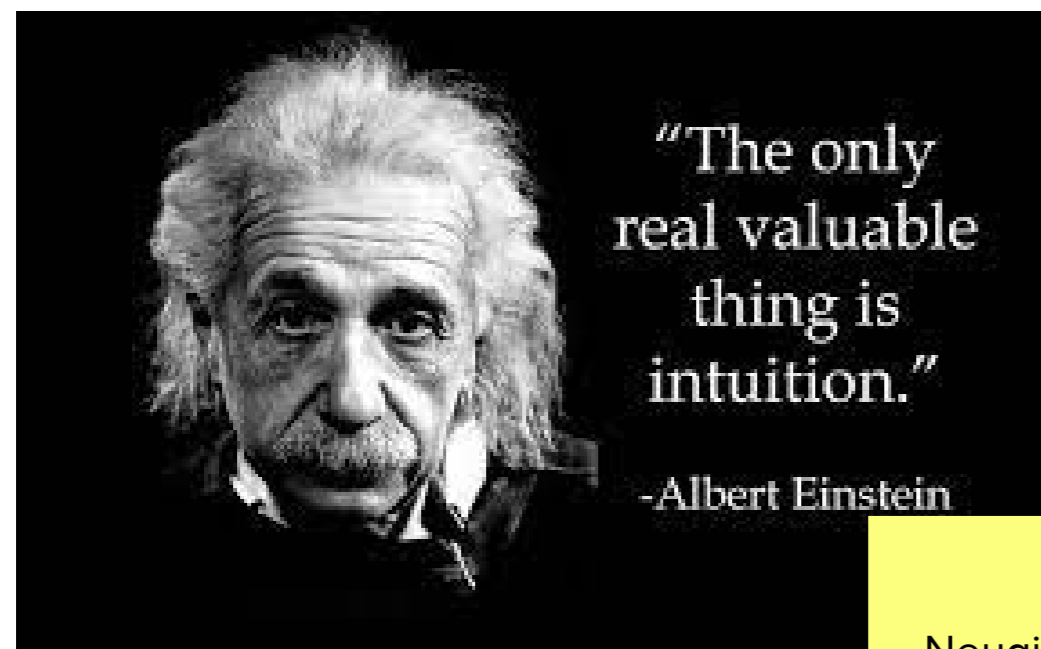
Wo stehen die andere gerade? Feedbackrunde aka Blitzlicht!

## Empathie

Wie schaffen wir es zusammen lebendig zu bleiben?

Intuitive Entscheidungen statt Votings etc.

DropOut Buzzer installieren



wechseln zwischen Aktion und Ruhe

Abgestimmte Methoden

Neugier

Offenheit

Achtsamkeit

