

# Struktur Gruppenabende „Montagsgruppe“

- Wir beginnen pünktlich.
- Gibt es etwas zu organisieren?
- Wer möchte für diesen Abend die Moderation übernehmen?
- Wir beginnen mit einem Blitzlicht (1-2 Minuten pro Person):

Während des Blitzlichts:

- Wie geht es mir jetzt?
- Was bringe ich heute mit in die Gruppe?
- Was beschäftigt mich gerade?
- Möchte ich heute etwas in der Gruppe besprechen?

Es spricht immer nur eine Person. Wir antworten nicht direkt.  
Nachdem ein Gruppenmitglied zu Ende gesprochen hat,  
sind ggf. kurze Verständnisfragen möglich.

- Danach überlegen wir gemeinsam, über welches Thema wir sprechen wollen.  
Manchmal sind Themen oder Personen „akut“ und sollten direkt Raum bekommen.  
Themen, die nicht besprochen werden konnten, gerne beim nächsten Treffen wieder einbringen!
- Gegen 19:30 Uhr weist die Moderation darauf hin,  
dass wir bald mit dem Schluss-Blitzlicht beginnen sollten.

Die Moderation achtet darauf, daß alle ausreden und zu Wort kommen können.  
Sie kann auch nachfragen, wenn jemand sehr still ist.

Wer nicht kommen kann, sagt der Gruppe bitte per email an [montagsgruppe@lists.posteo.de](mailto:montagsgruppe@lists.posteo.de) Bescheid.

Wir beschließen gemeinsam, ob wir neue Mitglieder aufnehmen möchten.  
Dies vermerken wir auf unserer Internetseite (Warteliste / neue Mitglieder willkommen).

Alles, was die Gruppe und deren Mitglieder betrifft, sollte nur während der Gruppenstunde besprochen werden.

## **Selbstverständlich gilt:**

Alles, was während der Gruppenstunde besprochen wird, bleibt vertraulich in der Gruppe und wird mit niemandem außerhalb der Gruppe geteilt.