

Trainingsvertrag

Ich verpflichte mich, zu jedem Zeitpunkt des Trainings die folgenden Regeln einzuhalten.

1. "Stopp!" bedeutet Aussetzen jeden Handelns.

2. Aussagen einzelner Teilnehmer unterliegen der Schweigepflicht und dürfen von keiner Seite nach außen getragen werden.

3. Es wird niemand bestraft.

4. Niemand wird unterbrochen, wenn er spricht.

5. Gefühle sind erlaubt und werden nicht bewertet.

6. Respekt: Keiner wird beleidigt, ausgelacht oder verletzt.

7. Ausprobieren ist ausdrücklich erwünscht.

8. Ich rede nur aus meiner Sicht, nicht für andere.

9. Jeder hat die gleichen Rechte.

10. Alle Regeln werden überprüft. Regelverstöße haben Konsequenzen.

Einverständniserklärung:

Wenn ich eine dieser Regeln missachte,
akzeptiere ich die „Fünf Level der Konfrontation“ (siehe Rückseite).
Wenn der Trainer mich auffordert,
unterstütze ich aktiv die Konfrontation eines anderen Teilnehmers.

Datum Unterschrift

Sie haben Fragen?

Unsere Kontaktdaten
haben wir in der
Fußzeile hinterlegt.

Fünf Level der Konfrontation

1. Level: Freundlich - nonverbal

Mit einer freundlichen Geste wird der Teilnehmer auf seinen Regelverstoß aufmerksam gemacht. Unterlässt er den Regelverstoß, endet die Konfrontation auf dieser Stufe.

2. Level: Unfreundlich - nonverbal

Die Geste wird mit einem ernsten Gesichtsausdruck unterstützt und wiederholt. Unterlässt er den Regelverstoß, endet die Konfrontation auf dieser Stufe.

3. Level: Freundlich - verbal

Es folgt eine freundliche Ermahnung (z.B. »Betritt bitte nicht den Rasen!«). Unterlässt er den Regelverstoß, endet die Konfrontation auf dieser Stufe.

4. Level: Unfreundlich - verbal

Mit ernster und klarer Ansage wird der Konfrontierte darauf hingewiesen, was er zu tun hat (in ca. 95 % der Fälle endet hier die Konfrontation). Unterlässt er den Regelverstoß, endet die Konfrontation auf dieser Stufe.

5. Level: Konfrontation durch die Gruppe

Die Qualität der Konfrontation ist jetzt eine andere, besonders für den Teilnehmer ist sie schwerwiegender. Nicht der Regelverstoß an sich steht zur Debatte, sondern die Nichtakzeptanz der Konfrontation und das Verhalten. Der Trainer wird ggf. durch die Gruppe unterstützt. Entschuldigt sich der Teilnehmer für den Regelverstoß und die Nichtakzeptanz der Konfrontation, endet die Konfrontation.