

Κανόνες για την ομάδα

Για την μεταγνωσιακή εκπαίδευση στην κατάθλιψη (Κ-ΜΓΕ)

- (1) Ελάτε σας παρακαλώ εγκαίρως για να ξεκινήσουμε μαζί.
- (2) Οι συμμετέχοντες και οι υπεύθυνοι της ομάδας αναλαμβάνουν να τηρούν εμπιστευτικότητα σχετικά με προσωπικές πληροφορίες από ξένους: Ό,τι συζητείται στην ομάδα παραμένει στην ομάδα!
- (3) Καθένας έχει το δικαίωμα να μιλήσει ή να σιωπήσει! Έτσι ο καθένας/ η καθεμία μπορεί να αποφασίσει μόνος/η του/της τι, πόσο και πότε θέλει να πει!
- (4) Να φέρεστε ο ένας στον άλλον με σεβασμό και να σέβετε τις άλλες απόψεις! Αν θέλετε να ασκήσετε κριτική, συσχετίστε το με τη συμπεριφορά, όχι με το άτομο.
- (5) Παρακαλώ ακούστε και αφήστε τους άλλους να ολοκληρώσουν την ομιλία τους!
- (6) Παρακαλώ μιλήστε σε πρώτο πρόσωπο αν είναι δυνατόν! ("Εγώ" αντί για "αυτός")
- (7) Μην φοβάστε να κάνετε λάθη. Τα λάθη είναι ευπρόσδεκτα στην Κ-ΜΓΕ, γιατί μαθαίνουμε από τα λάθη!
- (8) Όποιος αδυνατεί να παρακολουθήσει το εκπαιδευτικό σεμινάριο ή πρέπει να φύγει νωρίτερα λόγω άλλης υποχρέωσης, παρακαλούμε να ενημερώσει τη διοίκηση του ομίλου πριν από τη συνάντηση!
- (9) Σε περιπτώσεις κρίσεων (αυτό ισχύει ιδιαίτερα για συμμετέχοντες σε εξωτερικούς ασθενείς) ή εάν έχετε ανοιχτές ερωτήσεις, επικοινωνήστε με τον υπεύθυνο της ομάδας σας μετά τη συνεδρία.