

## Info: Vorstellungsrunde

Autor: Manorainjan Holzapfel

### Inhaltsverzeichnis

Warum?.....	1
Wann?.....	1
Primäre Vorstellungsrunde.....	1
Sekundäre Vorstellungsrunde.....	2
Nachgeholte Vorstellungsrunde.....	2
Ablauf.....	2
Inhalt.....	3
Primärer Vorstellungswürfel.....	3
Sekundärer Vorstellungswürfel.....	3

### Warum?

Empathie ist im Jetzt und persönlich. Deshalb betreffen alle Übungen uns persönlich, andernfalls es keine wirkungsvollen Übungen wären. Um wirkungsvoll üben zu können, ist es notwendig, dass die Teilnehmer sich wirklich in die Gruppe einbringen. Es ist ein wesentliches Element der GfK „sich verletzlich zu zeigen“, indem man sich darüber äußert, was man für Gefühle und Bedürfnisse hat.

Damit wir innerhalb der Übungsgruppe das Vertrauen aufbauen können, das wir brauchen, um uns gegenseitig intime Situationen, persönliche Ansichten, Gefühle und unerfüllte Bedürfnisse erzählen zu können, fangen wir an, uns im Rahmen einer Vorstellungsrunde miteinander bekannt zu machen. Die Anwesenheit einer "unbekannten" Person ist eine Störung der Vertraulichkeit, erzeugt hinderliche Spannungen und ist mit der Idee des „Geschützten Raums“ nicht vereinbar.

### Wann?

Eine Vorstellungsrunde findet immer statt, wenn sich wenigstens zwei Teilnehmer einer Session noch nicht kennen.

### Primäre Vorstellungsrunde

Immer wenn ein neuer Teilnehmer zur Gruppe kommt, machen wir eine Vorstellungsrunde, in der alle alten und neuen Teilnehmer sich vorstellen, mit Ausnahme der Person, die das Vorgespräch durchgeführt hat, weil diese Person dem neuen Teilnehmer dadurch hinreichend bekannt wurde.

## Info: Vorstellungsrunde

### Sekundäre Vorstellungsrunde

Da nicht jeder Teilnehmer zu jeder Session kommt, kommt es vor, dass sich zwei Teilnehmer in der Übungsgruppe zum ersten mal treffen, die beide nicht ganz neue Teilnehmer sind. Wenn ein Teilnehmer für längere Zeit pausiert hat, trifft er bei seiner „Rückkehr“ auf eine Reihe unbekannter Gesichter. In solchen Fällen stellen sich nur diejenigen Teilnehmer einander vor, die sich noch nicht kennen.

### Nachgeholte Vorstellungsrunde

Im Fall, dass Teilnehmer zu spät kommen und das zu „unbekannten Gesichtern“ führt, ist die Vorstellungsrunde auch fällig. Zu spät kommen ist eine Störung der Session. Das Nachholen der ausstehenden Vorstellungen ist einer der Schritte, um diese Störung zu beheben. Hat sich die Gruppe geteilt, um mehrere Prozesse oder Übungen parallel zu betreiben, ist der Nachzügler vorzugsweise in den Teil der Gruppe zu integrieren, für den er kein neues Gesicht darstellt. Dadurch würde sich vorerst eine Nachgeholte Vorstellungsrunde erübrigen. Andernfalls führt nur der Teil der Gruppe eine Nachgeholte (Sekundäre) Vorstellungsrunde durch, bei der der Nachzügler integriert werden soll. Den Nachzügler vor die Tür zu setzen, ist keine Option, ebenso wenig wie der Verzicht auf die Vorstellung.

### Ablauf

Um Zeit zu sparen stellt sich derjenige, der das Vorgespräch mit dem neuen Teilnehmer durchgeführt hat, nicht vor, denn er ist sowohl der Gruppe, als auch dem neuen Teilnehmer bekannt.

- Zuerst stellt sich einer der Teilnehmer vor, der schon länger in der Gruppe ist, um "das Eis zu brechen". Dieser Teilnehmer trägt eine besondere Verantwortung, weil er das Niveau vorgibt, auf dem die Vorstellungsrunde verlaufen wird. Das wird Einfluss auf die ganze folgende Session haben und wahrscheinlich auch auf die nächste. Stellt er sich zu knapp vor, wird die Vorstellungsrunde zu kurz und erfüllt nicht ihren Zweck. Stellt er sich ausufernd vor, werden es andere ihm nach tun und die für Übungen verbleibende Zeit der Session wird unerfreulich kurz.
- Danach stellt sich der oder die neuen Teilnehmer vor. Es hat sich gezeigt, dass es ungünstig ist, den neuen Teilnehmer zuletzt sprechen zu lassen, weil er wahrscheinlich während der Vorstellungen der anderen die ganze Zeit mit Gedanken darüber, was er selbst sagen wird, abgelenkt ist und den anderen deshalb nicht die volle Aufmerksamkeit zuteil werden lassen kann.
- Danach stellen sich die restlichen Teilnehmer in beliebiger Reihenfolge vor.

## Info: Vorstellungsrunde

- Im Anschluss wird Gelegenheit für Nachfragen gegeben, z.B. für Namen, die man sich nicht merken konnte, irgend etwas, das einem nicht plausibel erschien oder weiterführendes Interesse an der Person oder deren Tätigkeit. Zum „Kaffeekränzchen“ soll die Vorstellungsrunde aber nicht ausarten. Es steht den Teilnehmern frei, nach der Session bei gegenseitigem Interesse „einen trinken zu gehen“ oder Kontaktdaten auszutauschen. Außerdem veranstalten wir regelmäßig den [GfK-STammtisch](#).

Wie entscheidet sich, welcher der älteren Teilnehmer sich zuerst vorstellt?

- Zuerst nach dem Lustprinzip: Wer Lust dazu hat, schnappt sich den Vorstellungswürfel.
- Sollte sich niemand dafür begeistern können, dann nach dem Vertrautheitsgrad, also derjenige, der in der letzten Zeit am häufigsten zur Gruppe kam.
- Sollte das nicht funktionieren, ist der „dienstälteste“ Teilnehmer „fällig“.

## Inhalt

Alle Angaben bis auf den **Vornamen** sind freiwillig: Alter, familiärer Hintergrund, Tätigkeit / Beruf, GfK-Kenntnisse, Erwartungen an das Ergebnis der eigenen Teilnahme, Befürchtungen (Was ich hier nicht erleben möchte) wären ein Anfang.

## Primärer Vorstellungswürfel

Damit einer nach dem andere spricht und nicht durcheinander geredet wird, gibt es ein Gesprächs-Token in Form eines Würfels auf dessen Seiten die o.g. Themen aufgedruckt sind, so dass man sich einfach buchstäblich an diesen Würfel halten kann und nicht frei sprechen muss. Der Würfel wird also während der Vorstellungsrunde immer zu dem weiter gegeben, der als nächstes dran ist. Hier kannst Du eine [PDF-Vorlage für einen Gesprächs-Token](#) in Form eines Würfels ansehen.

## Sekundärer Vorstellungswürfel

Für erfahrene Teilnehmer gibt es den „schweren“ Würfel, auf dem die o.g. Themen in mehr GfK-gemäßer Form aufgedruckt sind. An Stelle von „Beruf“ steht da „Was ist für mich Erfolg?“. Der Sekundäre Würfel ist deshalb nicht für neue Teilnehmer, weil wir keine GfK-gemäßen Fähigkeiten voraussetzen können. Zudem darf die Vorstellung in einer neuen Gruppe als Stresssituation gelten und die zusätzliche Anforderung sich gefälligst GfK-gemäß auszudrücken als Überforderung. Selbst einige Teilnehmer, die Jahre dabei sind, meiden den „schweren“ Würfel.

Siehe auch: -> **Einführungsrunde**