

Hópreglur

- 1) Mæta tímanlega!
- 2) Halda trúnaði, það sem er rætt innan hópsins fer ekki út fyrir hópinn!
- 3) Koma fram við aðra af virðingu!
- 4) Hlusta á aðra þegar þeir tala!
- 5) Virða skoðanir annarra!
- 6) Hver og einn ákveður fyrir sjálfan sig hverju og hversu mikið þeir vilja deila með hópnum!
- 7) Notast fyrstu persónu, s.s. ég og mér finnst í stað þess að alhæfa fyrir alla!
- 8) Láta vita í upphafi tímans ef þú þarft að fara fyrr!
- 9) Meðferðaraðilar eru tilbúnir að svara öllum ósvöruðum spurningum í lok tímans!