

IDG – Inner Development Goals

1 Sein – Verbindung in und mit dir

Die Kultivierung unseres inneren Lebens und die Entwicklung und Vertiefung unserer Beziehung zu unseren Gedanken, unserem Körper, unseren Gefühlen und unserem Geist helfen uns, präsent zu sein, absichtsvoll zu handeln und nicht zu reagieren, wenn wir mit Komplexität konfrontiert werden. Wichtig ist dabei auch die Verbindung in Richtung unseres Sinns und die Klärung der Frage, was der Ruf ist, dem wir folgen wollen. Wir klären damit unser Warum und verbinden uns auch spirituell in und mit uns.

- Innerer Kompass
 - Ich nehme in mir meine Mitte wahr und spüre, was ich dafür brauche, in dieser Mitte zu sein und auch, was mich führt, Verantwortung zu übernehmen für ein Größeres, für den Gemeinsinn und das Gemeinwohl.

- Integrität und Authentizität
 - Wahrhaftig denken, sein und handeln und damit in und mit meiner Integrität im Einklang befinden, ohne dabei die Schatten in mir zu verneinen oder zu missachten. Vielmehr nährt sich meine Integrität und Authentizität aus der Fülle und Ganzheit meines Wesens.

- Offenheit und Lernbereitschaft
 - Ich kultiviere in mir eine Grundhaltung der Neugier und die Bereitschaft, verletzlich zu sein, mich auf Veränderungen einzulassen und zu wachsen, auch wenn dies nicht immer einfach ist. Ich stelle mich mir und verbiege mich nicht.

- Selbsterkenntnis
 - Ich öffne mich der Fähigkeit, in reflektierendem Kontakt mit meinen eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen zu sein und mich in der Mitte wahrzunehmen, auch dann, wenn ich aus der Balance geraten bin. Ich pflege ein realistisches Selbstbild und entwickle und hüte die Fähigkeit, mit und in mir selbst im Ausgleich zu sein.

- Präsenz
 - Ich bin in jedem Moment im Hier und Jetzt, auch dann, wenn ich da gerade rausfalle. Ich mache mich immer wieder dazu auf, gerade jetzt nicht zu urteilen und in einem Zustand der offenen Präsenz zu sein – auch mir gegenüber und realisiere, dass es immer und immer wieder neu „JETZT“ ist.

2 Denken – kognitive Skills

Die Entwicklung unserer kognitiven Fähigkeiten, ist eine wesentliche Voraussetzung für stimmige, kluge und in einem ganzheitlichen Sinne von der Welt mitgetragenen Entscheidungen. U.a. indem wir verschiedene Perspektiven einnehmen, Informationen bewerten und die Welt als ein zusammenhängendes Ganzes begreifen. Wir ziehen Pflanzen und Tiere als Lebewesen ein in die verschiedenen Perspektiven.

- Kritisches Denken
 - Ich entwickle Fähigkeiten, die Gültigkeit von Ansichten, Beweisen und Plänen kritisch zu überprüfen und weiß Fakten von Fake zu unterscheiden oder wo ich mir Hilfe hole, dies zu tun

- Bewusstsein für Komplexität
 - Ich entwickle ein Verständnis für und die Fähigkeiten im Umgang mit komplexen und systemischen Bedingungen und Kausalzusammenhängen und kann mich darin zurechtfinden, auch dann, wenn mir zu Beginn ein Grundverständnis dafür fehlt

- Perspektivität – Fähigkeit zu Perspektivenwechsel
 - Ich weiß, dass die Art, wie ich Dinge betrachte, eine Perspektive ist. Nicht mehr und nicht weniger. Und so entwickle ich die Fähigkeiten zur Suche, zum Verständnis und zur aktiven Nutzung von Erkenntnissen aus unterschiedlichen Perspektiven. Empathie hilft mir dabei, die Perspektive anderer einzunehmen

- Sinnzusammen und Sinnstiftung
 - Ich kann Muster erkennen, Unbekanntes strukturieren und bewusst Geschichten dazu finden, die sinnvoll sind

- Langzeitorientierung und Visionsfähigkeit
 - Ich abstrahiere vom Heute und kann eine langfristige Orientierung einnehmen. Ich verfüge über die Fähigkeit, Visionen zu formulieren und aufrechtzuerhalten, die sich auf einen größeren Kontext beziehen.

3 Beziehung / Beziehungsfähigkeit – Sorge tragen zu anderen und zur Welt

Wertschätzung, Fürsorge und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen, z. B. mit Nachbarn, künftigen Generationen oder der Biosphäre, helfen uns, gerechtere und nachhaltigere Systeme und Gesellschaften für alle zu schaffen. Das beginnt damit, dass wir eine gesunde und nachhaltige Beziehung in und mit uns selbst haben, um »du« und »es« überhaupt wahrzunehmen, ganz im Sinne der Entwicklung von Zwiefalt zwischen ich und du und ich und es, wie es Martin Buber formulierte.

- Wertschätzung
 - Ich nehme mit und andere, die Welt mit einem grundlegenden Gefühl der Wertschätzung, Dankbarkeit und Freude wahr, begegne in aller Offenheit und trete in Beziehung mit mir, mit dem anderen und mit der Welt

- Verbundenheit
 - Ich fühle mich in und mit mir verbunden, verstehe mich als Teil eines größeren Ganzen und habe ein ausgeprägtes Gefühl der Verbundenheit mit einem größeren Ganzen, z. B. einer Gemeinschaft, der Menschheit oder einem globalen Ökosystem, bzw. der Zugehörigkeit zu diesem.

- Demut und Bescheidenheit
 - Ich bin in der Lage, in Übereinstimmung mit den Bedürfnissen der Situation zu handeln, ohne mich in den Vordergrund zu spielen. Ich bin mir bewusst, dass sich Welt nicht um mich dreht, dass ich jedoch dabei unterstützen darf, dass auch andere in diese Verbundenheit eintauchen können

- Einfühlungsvermögen (Empathie) und Mitgefühl
 - Ich bringe mir und meinem Gegenüber viel Freundlichkeit und Mitgefühl auf, und begegne anderen, mir selbst und der Natur mit Freundlichkeit, Einfühlungsvermögen und Mitgefühl und trage dazu bei, Leiden zu verringern.

4 Kooperation und soziale Skills

Um bei gemeinsamen Anliegen voranzukommen, müssen wir unsere Fähigkeit entwickeln, Akteure mit unterschiedlichen Werten, Fähigkeiten und Kompetenzen einzubeziehen, ihnen Raum zu geben und mit ihnen zu kommunizieren. Wir entdecken in uns das Potenzial zu Kooperation und Soziabilität und feiern jeden Schritt in diese Richtung als Geschenk der Welt.

- Kommunikative Fertigkeiten
 - Ich bin fähig, anderen wirklich zuzuhören, einen echten Dialog zu führen, meine eigene Meinung zu vertreten, ohne andere an den Rand zu drängen. Ich entwickle die Kompetenz, Konflikte konstruktiv zu lösen und die Kommunikation an die Bedürfnisse unterschiedlicher Gruppen anzupassen. Ich nutze meine kommunikativen Fähigkeiten dafür, respektvoll und behutsam für andere Lebewesen zu sprechen.
- Grundhaltung zu Co-Kreation
 - Ich bin motiviert und nutze meine Fähigkeiten zum Aufbau, zur Entwicklung und zur Erleichterung von kooperativen Beziehungen mit unterschiedlichen Interessengruppen. Diese Co-Kreation zeichnet sich durch psychologische Sicherheit und echte Mitgestaltung aus.
- Integrative Denkweise und interkulturelle Kompetenz
 - Ich bin bereit und schaffe an meiner Kompetenz, die Vielfalt in der Welt anzunehmen und Menschen und Kollektive mit unterschiedlichen Ansichten und Hintergründen einzubeziehen.
- Vertrauen
 - Ich schaffe an meinen Fähigkeiten, Vertrauen zu zeigen und vertrauensvolle Beziehungen aufzubauen und zu pflegen und Vertrauen schrittweise in die Welt zu bringen und den Raum dafür zu schaffen.
- Fähigkeit, andere zu mobilisieren
 - Ich entwickle meine Fähigkeit, andere zu inspirieren und zu mobilisieren aus, um uns für gemeinsame Ziele im Sinne der Nachhaltigkeit und der Suffizienz einzusetzen

5 Handeln – den Wandel fahren

Ich entdecke in mir Eigenschaften wie Mut und Optimismus, dir mir helfen, echte Handlungsfähigkeit zu erlangen, alte Muster zu durchbrechen, originelle Ideen zu entwickeln und in unsicheren Zeiten mit Ausdauer zu handeln, damit ich in meinen Teams einen Raum dafür schaffe, dass sich diese entfalten können und dass diese auch im Unternehmen, in dem ich arbeite, zur Geltung kommen können.

- Mut
 - Ich stärke in mir die Fähigkeit, für Werte einzutreten, Entscheidungen zu treffen, entschlossen zu handeln und, wenn nötig, bestehende Strukturen und Ansichten in Frage zu stellen und aufzubrechen, da wo es Mut braucht.

- Kreativität
 - Ich lebe meine Fähigkeiten, originelle Ideen zu entwickeln, innovativ zu sein und konventionelle Muster zu durchbrechen aus und unterstütze andere dabei.

- Optimismus
 - Ich lebe die Fähigkeit, ein Gefühl der Hoffnung, eine positive Einstellung und das Vertrauen in die Möglichkeit eines sinnvollen Wandels aufrechtzuerhalten und zu vermitteln.

- Ausdauer und Beharrlichkeit
 - Ich verfüge über Ausdauer, das Engagement aufrechtzuerhalten und entschlossen und geduldig zu bleiben, auch wenn es lange dauert, bis die Bemühungen Früchte tragen. Und ich verfolge diesen Weg beharrlich.