

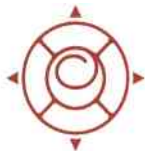
# Der Welt als Lernende begegnen

Alles, was mir begegnet, auch wenn es  
schmerzhaft ist, kann mich auf meinem  
Lernweg weiterbringen.



# Selbsterkenntnis

Die eigenen „Knöpfchen“ kennen. Die eigenen Schwächen kennen und nicht verstecken.



# Selbstverantwortung

Ich bin weitgehend selbstverantwortlich für das, was mir geschieht. Ich kann mein Leben, und alles, was mir begegnet, nur selber verändern, und nicht erwarten, dass Andere das für mich übernehmen.



# Bewusstes Fühlen

Verantwortungsübernahme für meine  
Gefühle und Erforschen der Hintergründe:  
Warum reagiere ich so? Was will mir das  
sagen? Was kann ich lernen? Gefühle und  
alte emotionale Ladungen  
auseinanderhalten.



# Interesse am Menschen

Wirkliches Interesse an der Vielfalt und Gemeinsamkeit der menschlichen Erfahrungen. Erkennen, dass ich in der Begegnung mit Anderen viel über mich und die Welt lernen kann.



# Positives Menschenbild

Wohlwollen und Vertrauen. Die Grundhaltung, dass es okay ist, dass jede\*r stets versucht, den besten Weg zu finden, um die eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Keine bösertige Motivation unterstellen.



# Anerkennen subjektiver Realitäten

Akzeptieren, dass die Realität aus unterschiedlichen Blickwinkeln unterschiedlich aussieht. Suche nach Verständigung statt Suche nach „Recht haben“.



# Synergie statt Konkurrenz

Aussteigen aus dem Konkurrenzdenken und Suchen nach Win-Win-Lösungen, in denen beide Seiten gewinnen können.

Gegenseitige Unterstützung statt Konkurrenz.





# Bewusstsein über Stressreaktionen

Anerkennen, dass in angespannten Situationen zunächst Entspannung geschaffen werden muss, bevor etwas auf der Sachebene geklärt werden kann.



# Offenheit für Feedback, Fehlerkultur

Bewusste Offenheit für Feedback: Sowohl das Annehmen von Feedback von Anderen, wie das ehrliche Geben von Feedback. Fehler als Lernchance willkommen heißen statt zu verurteilen.



# Offenheit, über persönliche Themen zu sprechen

Kommunikation über Aspekte, über die man nicht selbstverständlich spricht, schafft Vertrauen.



# Bewusster Umgang mit Rollen und Privilegien

Bewusstes Anschauen der Implikationen von Rollen, Privilegien, Macht und Rang. Das Ziel ist dabei, möglichst viele Menschen in ihre Kraft zu bringen.

