



INNER DEVELOPMENT GUIDE

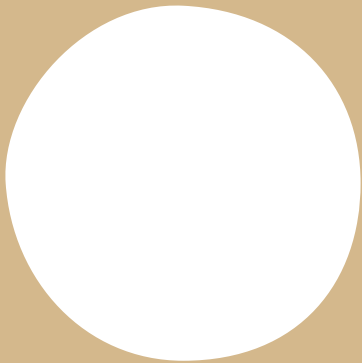
Inner Growth for Outer Change

Українська

AI projection — not an official translation. The 2025 guide drafted from the official 2021 Ukrainian translation by claude-fable-5-1, 2026-09-17. Not reviewed by a speaker of Ukrainian unless the last page says so.

Буття

Плекання нашого внутрішнього життя



Поглиблення усвідомлення внутрішніх переживань та їхнього динамічного зв'язку зі світом навколо нас плекає вкорінену в тілі присутність, ясність мети та виражені реакції, коли ми стикаємося зі складністю.



Внутрішній компас

Глибоко відчута відданість тому, щоб жити й діяти відповідно до цінностей та цілей, що слугують добробуту цілого.



Цілісність, Автентичність

Щира відданість чесності та міцно вкоріненим цінностям, що виражаються та втілюються в діях.



Відкритість та мислення з фокусом на розвиток

Допитливе, гнучке ставлення, що виявляється в готовності обмінюватися точками зору, бути вразливим, вітати зміни та розвиватися.



Самоусвідомлення

Здатність бути в рефлексивному контакті з думками, емоціями, бажаннями та діями; зберігати реалістичне уявлення про себе та регулювати себе.

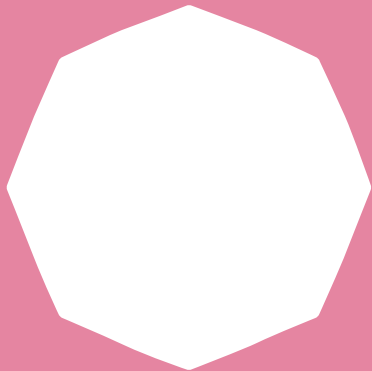


Присутність

Здатність бути повністю присутнім тут і зараз, приймати реальність такою, якою вона розгортається, та осмислено реагувати на неї.

Мислення

Розуміння нашого складного світу



Здобуття більшої ясності, врахування різних точок зору та уявлення довгострокових наслідків допомагають нам орієнтуватися у складності та ухвалювати мудріші рішення в нашому взаємопов'язаному світі.



Критичне мислення

Здатність осмислювати обґрунтованість ідей, доказів, припущень та планів.



Навички бачити перспективи

Здатність вчитися на основі різних точок зору та інтегрувати здобуті інсайти в рефлексивне осмислення та дії.



Системне мислення

Здатність розуміти складність та працювати із взаємозв'язками та властивостями систем.



Довгострокова орієнтація та візіонерство

Уявляти довгострокові цілі та залишатися відданими їм у спосіб, що підтримує ширший суспільний та екологічний добробут.

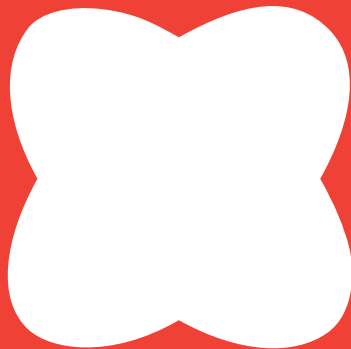


Творчість

Здатність мислити поза усталеними шаблонами, уявляти нові можливості та формувати з них трансформаційні ідеї.

Споріднення

Турбота про інших та про світ



Зв'язок, сповнений доброти, співчуття та відчуття спільної належності до спільнот, живої планети та майбутніх поколінь, допомагає нам створювати більш справедливий, інклюзивний та квітучий світ.



Визнання, Вдячність

Ставлення до людей та планети Земля з глибоким почуттям вдячності, прихильності та радості.



Пов'язаність

Відчуття належності до більшого цілого, такого як людство, мережа життя планети та духовні виміри існування.



Смирення

Вміти реагувати на потреби ситуації, не турбуючись про власну важливість.



Емпатія, Співчуття

Ставлення до інших, до себе та до природи з добротою, турботою та любов'ю, скероване наміром зменшити страждання.



Прощення

Готовність піднятися над ворожістю, опрацювати травму та створити простір для зцілення.

Співпрацювання

Побудова довіри та спільна робота



Розвиток довірливих стосунків, визнання різних цінностей, навичок і точок зору та створення безпечних просторів дають кожному змогу робити внесок у спільні цілі та колективний вплив.



Навички побудови стосунків

Плекання стосунків з емоційним інтелектом, заснованих на довірі, повазі, взаєморозумінні та душі співпраці.



Інклюзивне мислення та міжкультурна компетентність

Готовність та вміння приймати різноманітність та включати людей і спільноти з різними точками зору та походженням.



Навички спільнотворчості

Фасилітація процесів співпраці з різноманітними зацікавленими сторонами, плекання командної роботи та психологічної безпеки, а також усвідомлення динаміки влади.



Навички спілкування

Здатність глибоко слухати, підтримувати відвертий діалог, вміло відстоювати власні погляди, конструктивно керувати конфліктами та пристосовувати спілкування до різноманітних груп.

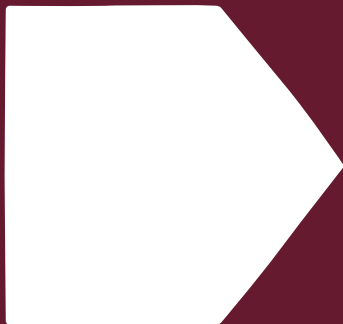


Навички мобілізації

Надихати інших та давати їм змогу долучатися до спільних цілей та колективних дій.

Діяння

Лідерство та уможливлення змін



Рух уперед зі сміливістю та оптимізмом, розбудова колективної спроможності діяти та цілеспрямовані й наполегливі дії перетворюють бачення на значущі зміни в непевні часи.



Сміливість

Відстоювати засадничі цінності, ухвалювати рішення, діяти та, за потреби, ставити під сумнів і порушувати усталені структури та погляди.



Надія та оптимізм

Розбудова та підтримання спільної віри в нашу здатність створити більш справедливе, інклюзивне та стале майбутнє.



Свідоме використання ресурсів

Діяти з усвідомленням обмеженості природних ресурсів планети, надаючи пріоритет збереженню, відновленню та ощадливості, щоб уникати шкідливого споживання.



Проактивність

Практикувати орієнтоване на майбутнє відповідальне господарювання в умовах нагальних викликів, засноване на солідарності та турботі про людську гідність і живу Землю.



Стійкість

Долати труднощі гнучко, залишатися залученими та бути наполегливими, навіть коли поступ повільний або непевний.

About this document

AI projection — not an official translation. Inner Development Goals has published the 2025 Inner Development Guide in twelve languages, and Ukrainian (Українська) is not among them. What it has published in Ukrainian is the 2021 framework — the same five dimensions, twenty-three skills, a line each — and this document is the 2025 guide drafted from that: the 2025 English as the source, the official 2021 Ukrainian as the register, and the ten languages that have both editions as the pattern for how each sentence moved between them.

What in it is official. 0 skill sentences are the official 2021 translation carried untouched, and 15 skill titles are the official 2021 titles; the rest — every dimension paragraph, every other description, the titles of the skills the 2025 guide renamed or added — was drafted on 2026-09-17 by claude-fable-5-1 from the material above.

Reviewed by: 2026-09-17: Claude Fable 5.1, a second read-only pass against EN25, the 2021 anchor and the de/fr pairs. **Reviewed by a speaker of Ukrainian:** not yet.

What you may do with it. The guide's text is Inner Development Goals' and reaches you under their Public Licenses (non-commercial, unmodified: CC BY-NC-ND 4.0); a translation is an adaptation of it, and this one is published, if it is published, with their agreement. Do not present it as the official Ukrainian guide. The official translations are at idg.guide/translations; the official 2021 framework in Ukrainian is linked from innerdevelopmentgoals.org/guide/.

Made at idg.guide · 2026-09-17

How this projection was made

Source. The 2025 Inner Development Guide in English, the edition Inner Development Goals published in 2025.

Anchor. The official 2021 Ukrainian translation of the framework (five dimensions, twenty-three skills, a line each), linked from innerdevelopmentgoals.org/guide/ — the register, the terms and the titles this document keeps to.

Pattern. The languages that have both editions — English, German, French — read side by side, 2021 against 2025, skill by skill, as the example of how each sentence moved between editions.

What is official. 15 of the 25 skill titles are the official 2021 Ukrainian titles, kept where the 2025 guide kept the English title; 0 skill sentences are the official 2021 sentence carried untouched. Every dimension paragraph, every other description, and the titles of the skills the 2025 guide renamed or added were drafted.

Drafted by cliche-fable-5-1 on 2026-09-17. **Read again** on 2026-09-17 by Claude Fable 5.1, a second read-only pass against EN25, the 2021 anchor and the de/fr pairs, which changed: Being, Thinking and Acting descriptions and the Acting subtitle (провадження is a legal term); B3, B5, T2, T4 (the calqued 'у способи'), T5, R1, R2, R4, C3, A3, A4 (the Russianism 'перед лицем'; stewardship is господарювання); R3 and C2 from kept to minimally edited. 'respond' is реагувати, 'transformative' is трансформаційні, 'belonging' is належність. Open for a speaker: the comma titles the 2021 deck uses (Цілісність, Автентичність; Визнання, Вдячність; Емпатія, Співчуття) and the kept T2 title 'перспективи' beside 'точки зору' elsewhere..

Reviewed by a speaker of Ukrainian: not yet. If you read Ukrainian and something here is wrong, write to idg.guide/contact.

Як було зроблено цю проєкцію

Це не офіційний переклад. Inner Development Goals не публікувала видання гід 2025 року українською; вона опублікувала рамкову модель 2021 року (п'ять вимірів, 23 навички, по одному рядку на кожну). Цей документ — гід 2025 року, укладений на її основі: англійський текст 2025 року як джерело, офіційний український переклад 2021 року як мовна опора, а мови, що мають обидва видання (англійська, німецька, французька), як зразок того, як змінилося кожне речення. Назви навичок, які гід 2025 року зберіг, — це офіційні українські назви 2021 року; решту уклала мовна модель Claude Fable 5.1 17 вересня 2026 року, і та сама модель перечитала текст. Носій української мови його ще не перевіряв. Якщо ви читаєте українською і бачите помилку, напишіть нам: idg.guide/contact.

Written by the drafting model in the language, unreviewed like the rest; the English beside it is the authoritative statement.