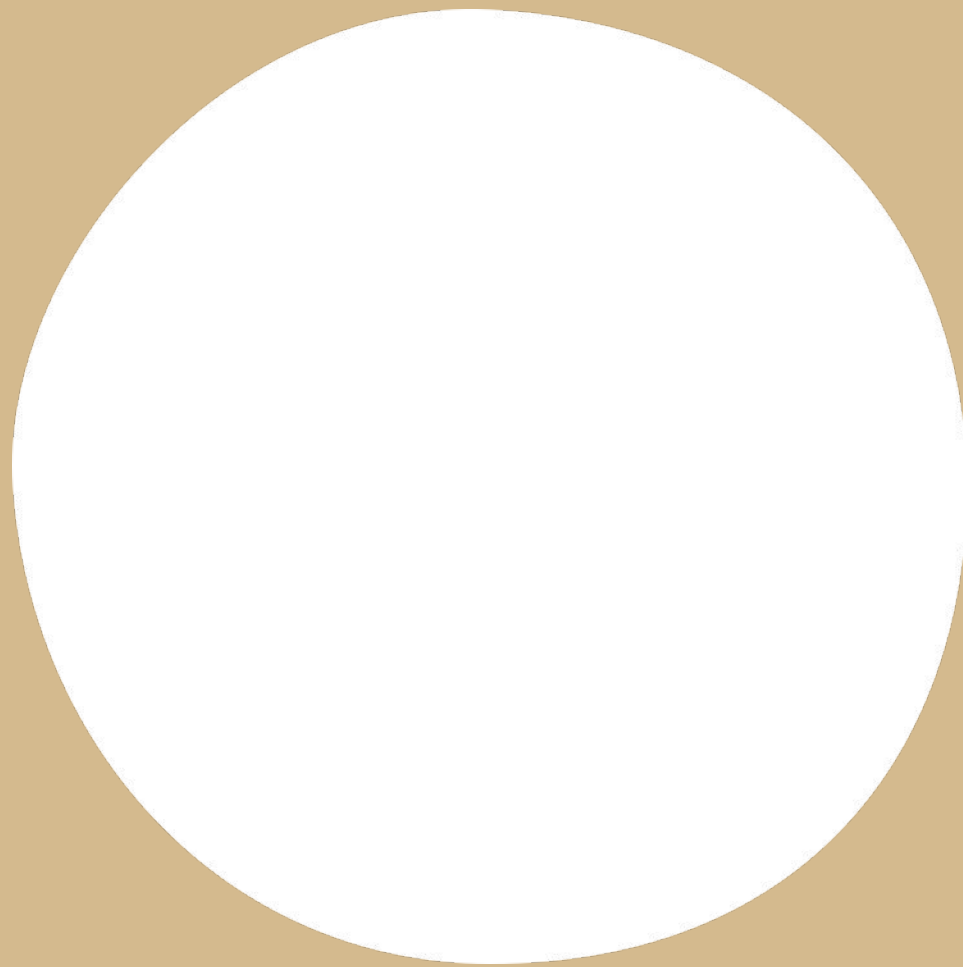


INNER DEVELOPMENT GUIDE

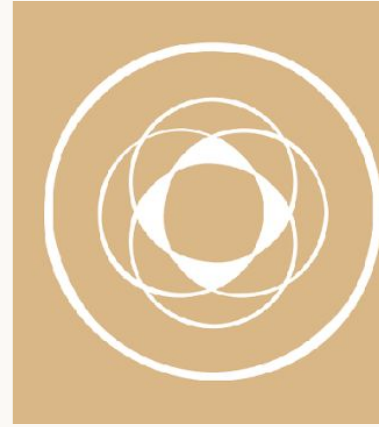
Inner Growth for Outer Change

Être

Cultiver & Développer sa Vie Intérieure

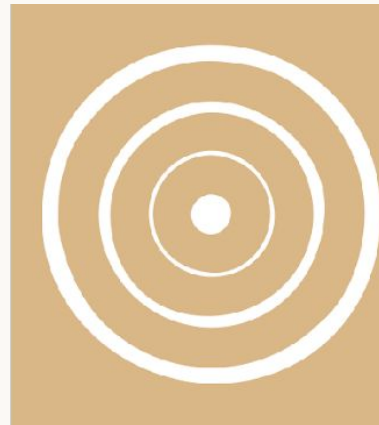


Développer et approfondir une conscience et une connaissance de nos expériences intérieures et de leur lien avec le monde qui nous entoure afin de nous permettre d'agir avec clarté, intention et sagesse face aux situations complexes.



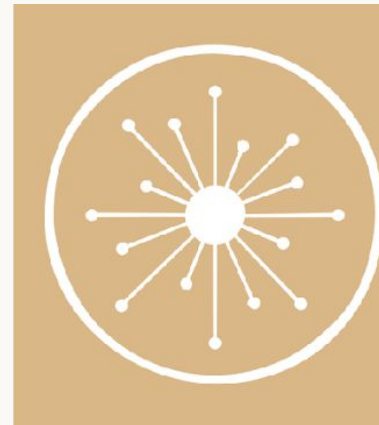
Boussole intérieure

Un engagement à vivre et agir conformément à des valeurs partagées dans la société, telles que la solidarité, l'équité et le respect de la dignité humaine en favorisant des choix individuels qui contribuent au bien commun et au développement collectif.



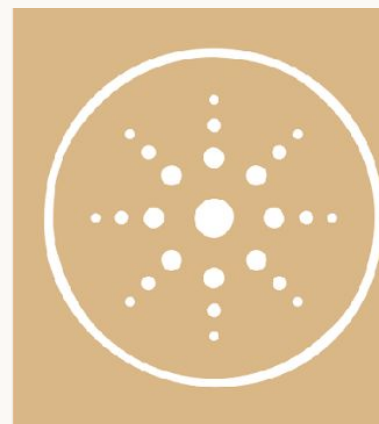
Intégrité et authenticité

Un engagement sincère à l'honnêteté et à des valeurs solidement ancrées, qui se traduisent par des comportements cohérents et transparents dans la vie quotidienne..



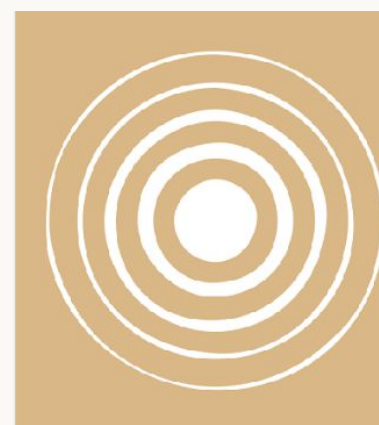
Ouverture d'esprit et volonté d'apprendre

Une attitude curieuse et flexible, qui se manifeste par la volonté d'écouter des points de vue différents, de reconnaître ses propres limites, d'accepter le changement et de progresser à travers l'expérience.



Conscience de soi

La capacité à identifier et comprendre ses pensées, émotions, désirs et comportements, à garder une image réaliste de soi et à ajuster ses réactions facilitant la prise de recul et l'autorégulation, contribuant à de meilleures interactions sociales.

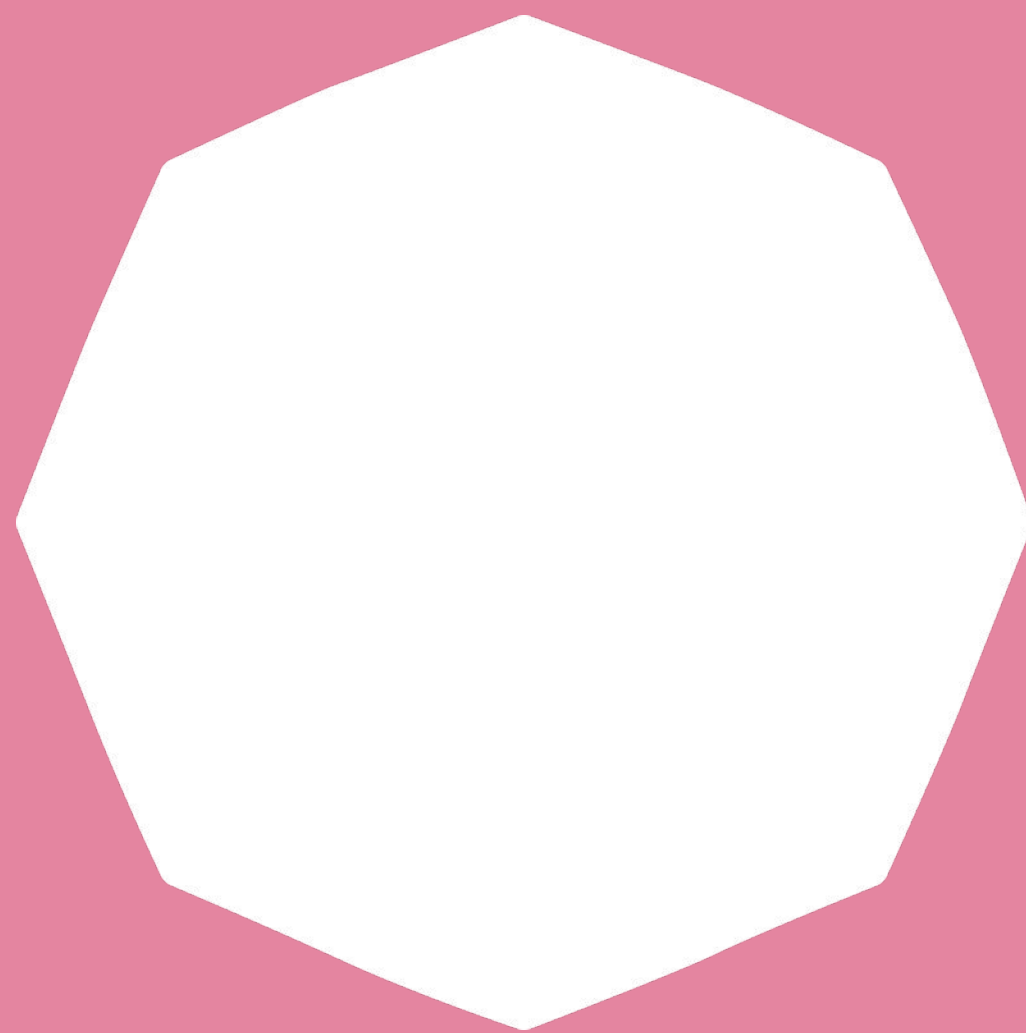


Présence

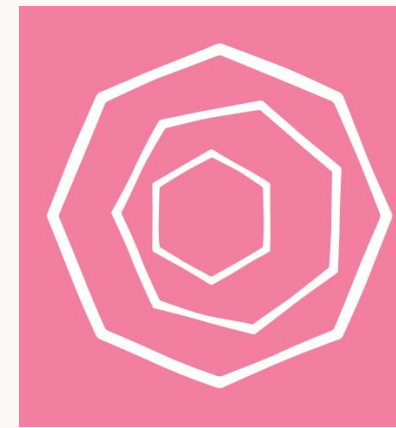
Capacité à être pleinement attentif au moment présent, à accueillir la réalité telle qu'elle est et à y répondre de façon constructive afin de rester centré face aux incertitudes.

Penser

Comprendre la Complexité du Monde

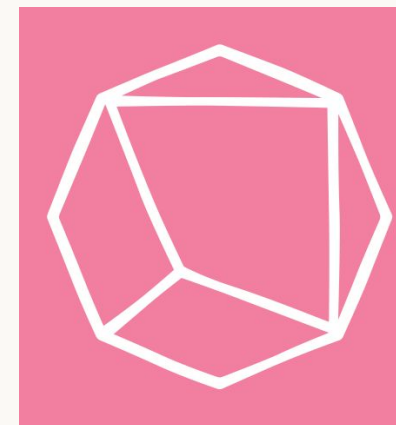


Améliorer la clarté, intégrer des perspectives variées et anticiper les conséquences à long terme afin de mieux appréhender la complexité et de prendre des décisions plus éclairées et informées dans un monde de plus en plus interconnecté.



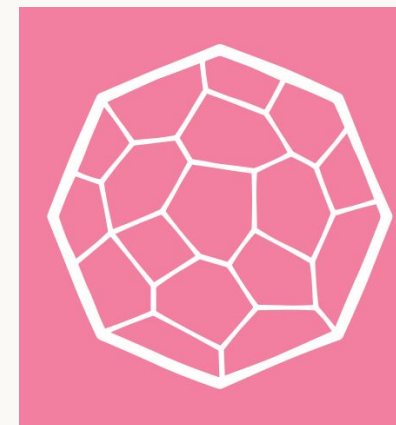
Esprit critique

Capacité à évaluer la solidité des idées, des preuves et des plans, en distinguant le factuel du subjectif.



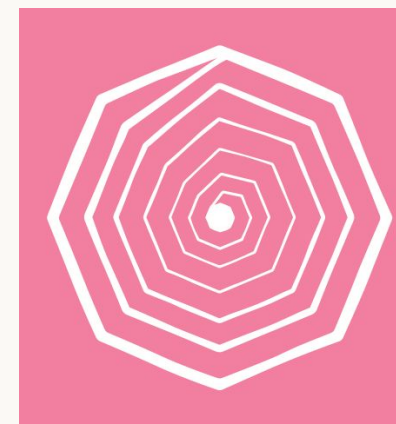
Capacité à adopter différentes perspectives

Faculté d'apprendre des points de vue divers, avoir du recul sur les différentes perspectives et d'intégrer ces connaissances dans la réflexion et l'action.



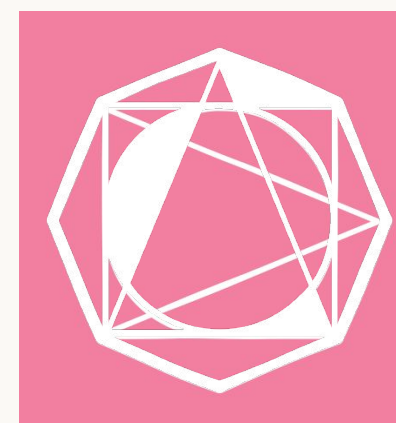
Pensée systémique

Capacité à comprendre la complexité et les interconnexions entre les différents systèmes



Vision et orientation à long terme

Capacité à mettre en place des objectifs à long terme, à s'y tenir de manière à favoriser le bien-être social et écologique au sens large.



Créativité

Capacité à penser au-delà des schémas conventionnels, à imaginer de nouvelles possibilités et à les transformer en idées novatrices.

Interagir

Prendre Soins des Autres et du Monde

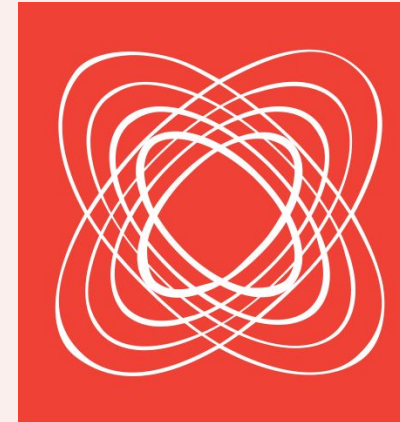


Établir des relations et des liens fondés sur la bienveillance, la compassion et le sentiment d'appartenance à une communauté, à la planète et aux générations futures tout en contribuant à bâtir un monde plus juste, inclusif et prospère.



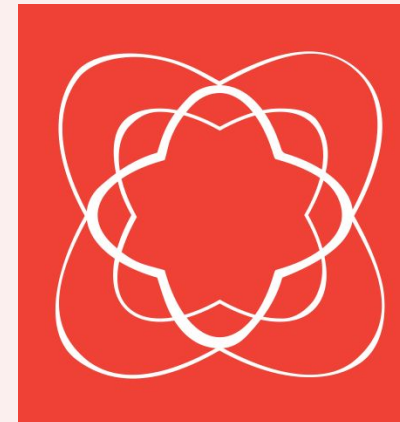
Appréciation

Entretenir des relations empreintes de gratitude et d'estime, aussi bien envers les personnes qu'envers la Terre afin de nourrir la cohésion sociale et écologique.



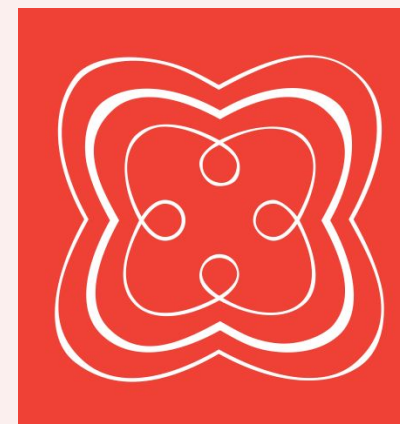
Appartenance

Sentir que l'on appartient à un ensemble plus grand que soi : l'humanité, le cycle de la vie et les dimensions spirituelles de l'existence.



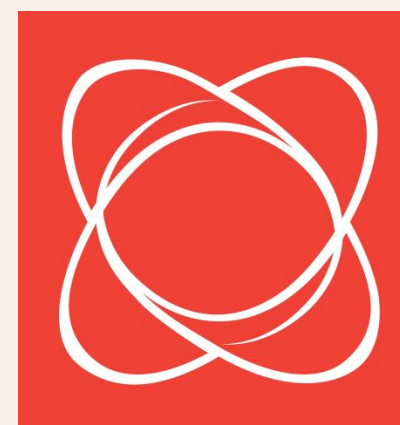
Humilité

Être capable de répondre aux besoins de la situation sans se soucier de sa propre importance



Empathie et compassion

Créer de forts liens avec autrui et avec la nature avec attention, gentillesse et bienveillance, dans l'intention de réduire la souffrance et de promouvoir le bien-être collectif.



Pardon

Développer la capacité à dépasser les rancunes, à guérir des blessures personnelles ou collectives et à recréer un espace de confiance tout en ouvrant la voie à la réconciliation et à une meilleure cohésion sociale.

Coopérer

Instaurer une relation de confiance et agir ensemble

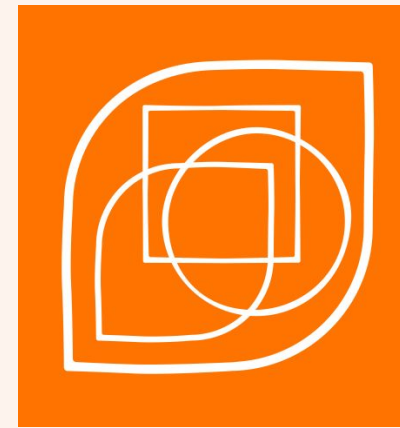


Développer des relations de confiance, reconnaître la diversité des valeurs, des compétences et des perspectives, et créer des espaces sûrs afin de favoriser la contribution de chacun à des objectifs communs et à un impact collectif durable.



Compétences relationnelles

Entretenir des relations basées sur l'intelligence émotionnelle, la confiance, le respect et la compréhension mutuelle.



Esprit d'ouverture et compétences interculturelles

Disposition et capacité à accueillir la diversité et à inclure des personnes d'origines et de perspectives différentes



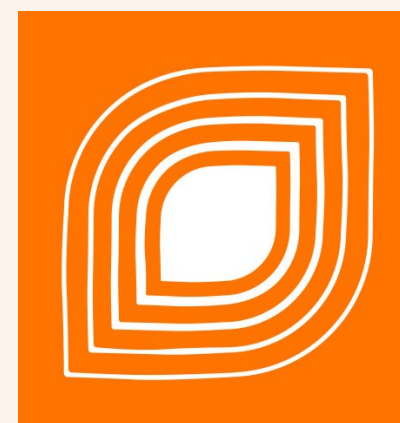
Compétences de co-création

Faciliter des processus collaboratifs, encourager le travail d'équipe et garantir la sécurité psychologique des participants, tout en restant attentif aux dynamiques de pouvoir.



Avoir une communication active

Écouter activement, instaurer un dialogue sincère, exprimer clairement ses idées, gérer les conflits de manière constructive et adapter sa communication à des publics divers.

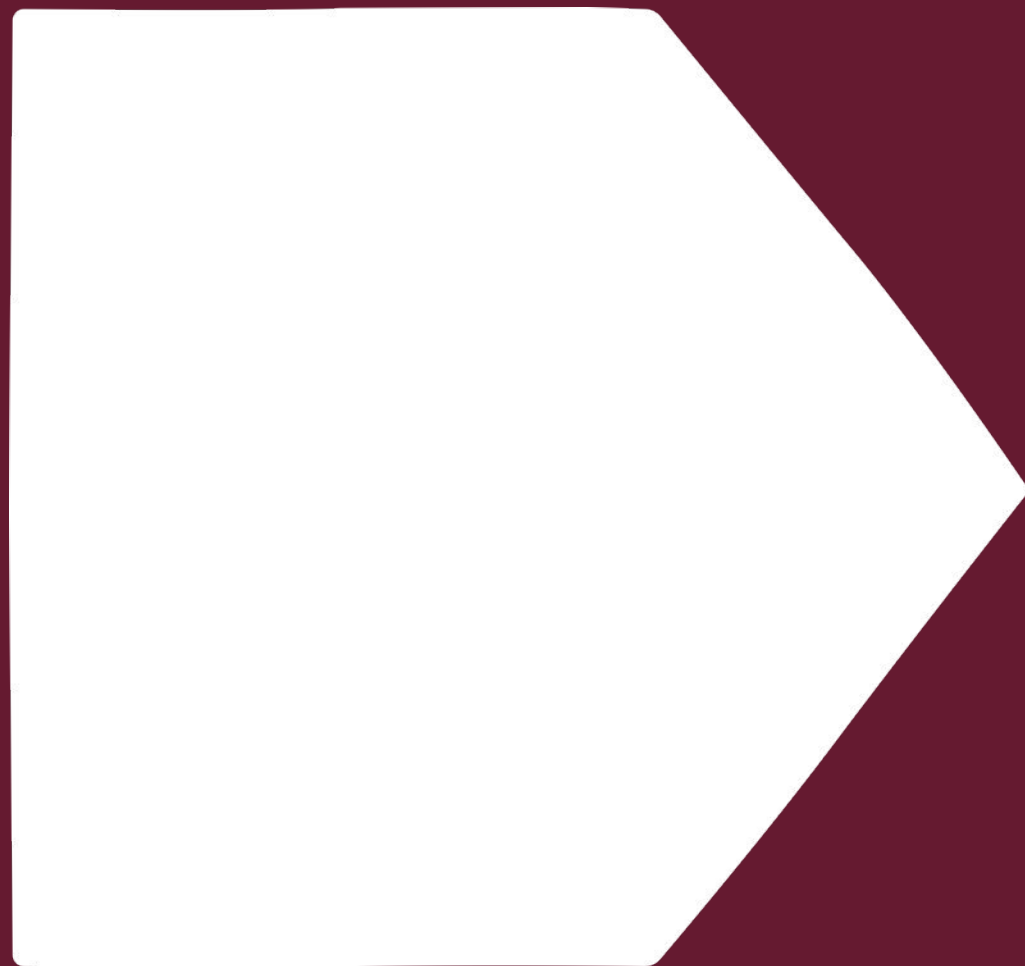


Capacité à mobiliser

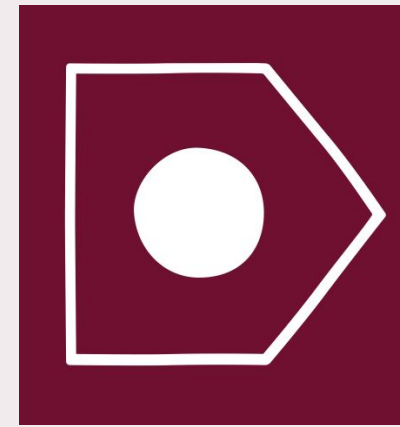
Inspirer, motiver et permettre aux autres de s'engager dans des objectifs communs et des actions collectives autour de projets.

Agir

Conduire et Accompagner le Changement

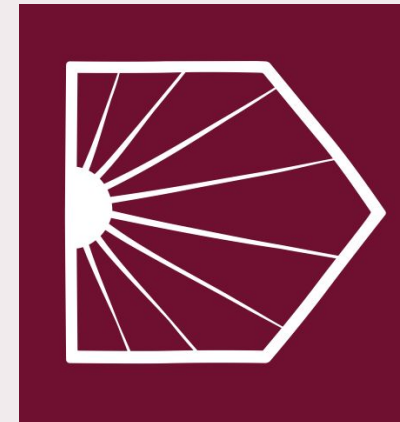


Avancer avec courage et optimisme, renforcer l'action collective et agir avec détermination et persévérance afin de transformer les visions en changements significatifs, même en période d'incertitude.



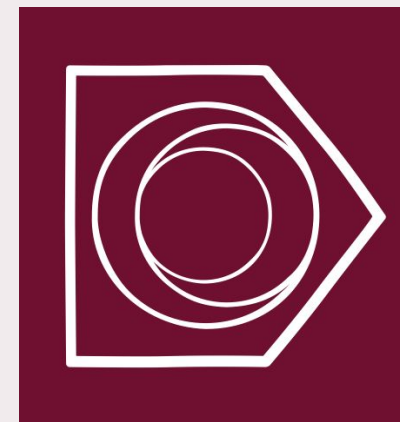
Courage

Défendre des valeurs fondamentales, prendre des décisions, agir et, si nécessaire, remettre en question et bouleverser les structures et les opinions établies.



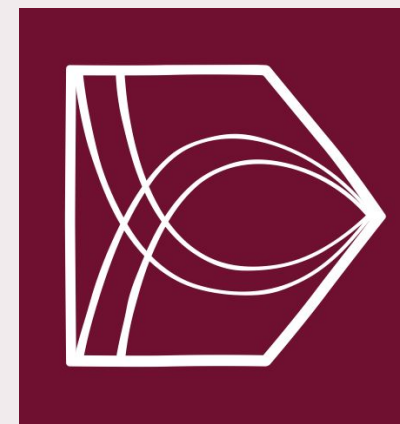
Espoir et optimisme

Entretenir et partager la conviction que des changements positifs sont possibles, afin de nourrir une dynamique collective vers un avenir plus juste, inclusif et durable.



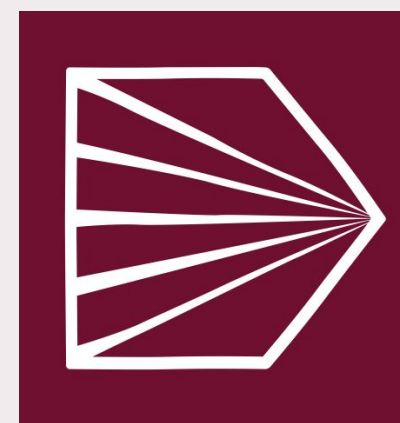
Usage conscient et responsable des ressources

Agir en tenant compte de la rareté des ressources naturelles et en privilégiant la conservation, la régénération et la sobriété à travers des pratiques durables et responsables.



Proactivité

Adopter une gestion responsable et tournée vers l'avenir face à des défis urgents, en s'appuyant sur la solidarité et le respect de la dignité humaine et de la Terre.



Résilience

Faire face à l'adversité avec flexibilité et persistance, rester engagé même lorsque les progrès semblent incertains ou lents afin de maintenir le cap malgré les difficultés rencontrées.