

INNER DEVELOPMENT GOALS



1 Ser

Relacionamento
Consigo Mesmo

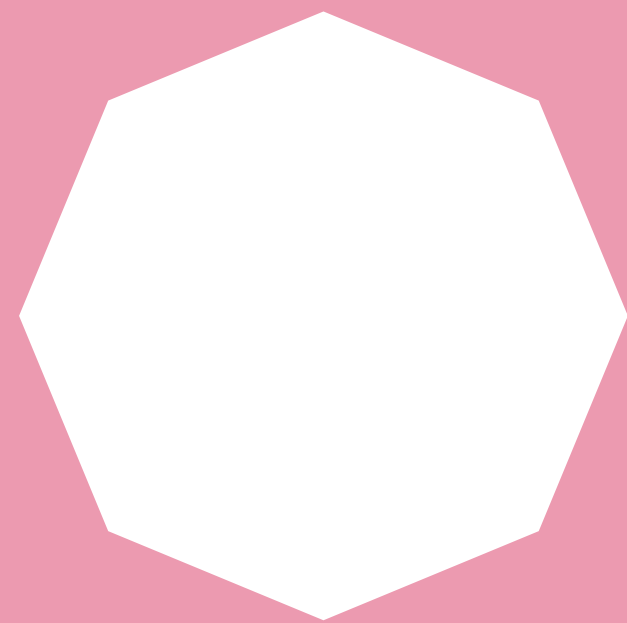
Compasso Interno

Integridade e
Autenticidade

Abertura e
Mentalidade de
Aprendizagem

Autoconsciência

Presença



2 Pensar

Habilidades Cognitivas

Pensamento crítico

Consciência da
complexidade

Olhar de
perspectiva

Dar sentido

Visão de longo
prazo



3 Relacionar-se

Importar-se com o
Outro e com o Mundo

Apreciação

Conexão

Humildade

Empatia e
Compaixão



4 Colaborar

Habilidades Sociais

Comunicação

Cocriação

Mentalidade
inclusiva e
intercultural

Confiança

Habilidades de
mobilização



5 Agir

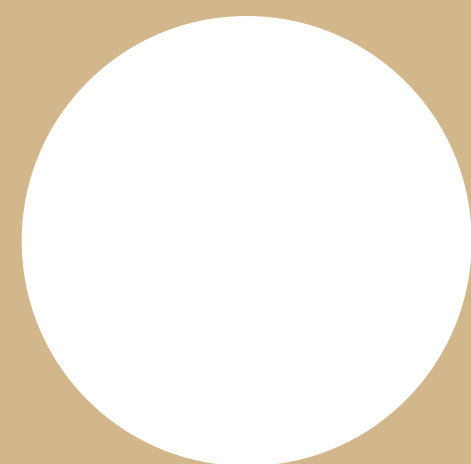
Conduzir Mudanças

Coragem

Criatividade

Otimismo

Perseverança



Ser

Relacionamento consigo mesmo

Cultivar nossa vida interior e desenvolver e aprofundar nosso relacionamento com nossos pensamentos, sentimentos e corpo nos ajudam a estarmos presentes, intencionais e não reativos quando enfrentamos a complexidade.



Compasso Interno

Ter um profundo senso de responsabilidade e compromisso com valores e propósitos relacionados ao bem comum.

Integridade e Autenticidade

Compromisso e capacidade de agir com sinceridade, honestidade e integridade.

Abertura e Mentalidade de Aprendizagem

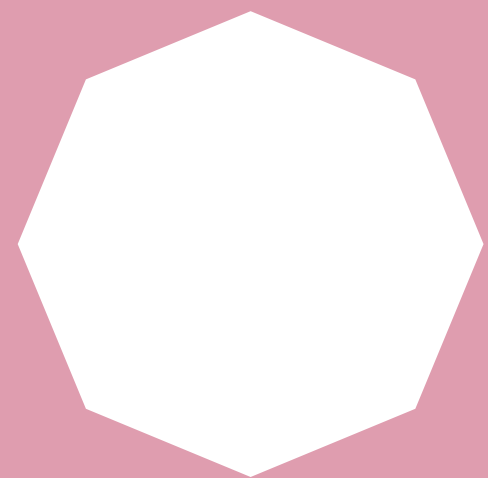
Ter uma mentalidade básica de curiosidade e vontade de ser vulnerável, abraçar a mudança e crescer.

Autoconsciência

Capacidade de estar em contato com os próprios pensamentos, sentimentos e desejos; ter uma auto-imagem realista e capacidade de se regular.

Presença

Capacidade de estar no aqui e agora, sem julgamento e em um estado de presença aberta.



Pensar

Habilidades Cognitivas

Desenvolver nossas habilidades cognitivas assumindo diferentes perspectivas, avaliando informações e dando sentido ao mundo como um todo interconectado é essencial para uma tomada de decisão sábia.



Pensamento Crítico

Habilidade de revisar criticamente a validade de pontos de vista, evidências e planos.

Consciência da Complexidade

Compreensão e habilidades para trabalhar com condições e causalidades complexas e sistêmicas.

Olhar de Perspectiva

Habilidades em buscar, entender e fazer uso ativo de insights a partir de perspectivas contrastantes.

Dar Sentido

Habilidades em ver padrões, estruturar o desconhecido e ser capaz de criar histórias conscientemente.

Visão de Longo Prazo

Orientação de longo prazo e capacidade de formular e sustentar o compromisso com as visões relacionadas ao contexto mais amplo.



Relacionar-se

Importar-se com o Outro e com o Mundo

Apreciar, cuidar e se sentir conectado com os outros, como vizinhos, gerações futuras ou a biosfera, nos ajuda a criar sistemas e sociedades mais justas e sustentáveis para todos.



Apreciação

Relacionar-se com os outros e com o mundo com um senso básico de apreciação, gratidão e alegria.

Conexão

Ter um senso aguçado de estar conectado e/ou fazer parte de um todo maior, como uma comunidade, humanidade ou ecossistema global.

Humildade

Ser capaz de agir de acordo com as necessidades da situação sem se preocupar com a própria importância.

Empatia e Compaixão

Capacidade de se relacionar com os outros, consigo mesmo e com a natureza com bondade, empatia e compaixão e lidar com o sofrimento relacionado.



Colaborar

Habilidades Sociais

Para progredir nas preocupações compartilhadas, precisamos desenvolver nossas habilidades para incluir, ocupar espaço e comunicar com stakeholders com diferentes valores, habilidades e competências.



Comunicação

Capacidade de realmente ouvir os outros, promover um diálogo genuíno, defender suas próprias opiniões com habilidade, gerenciar conflitos de forma construtiva e adaptar a comunicação a diversos grupos.

Cocriação

Competências e motivação para construir, desenvolver e facilitar relações colaborativas com diversos stakeholders, caracterizadas pela segurança psicológica e genuína cocriação.

Mentalidade inclusiva e intercultural

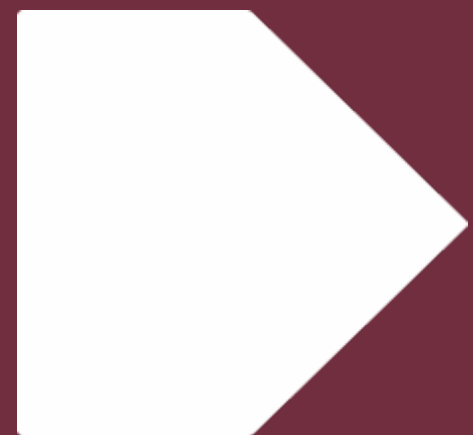
Disposição e competência para abraçar a diversidade e incluir pessoas e coletivos com diferentes visões e origens.

Confiança

Capacidade de demonstrar confiança e de criar e manter relações de confiança.

Habilidades de mobilização

Habilidades em inspirar e mobilizar outros para se engajarem em propósitos compartilhados.



Agir

Conduzir Mudanças

Qualidades como coragem e otimismo nos ajudam a adquirir verdadeiro protagonismo, quebrar velhos padrões, gerar ideias originais e agir com persistência em tempos incertos.



Coragem

Capacidade de defender valores, tomar decisões, tomar medidas decisivas e, se necessário, desafiar e romper estruturas e visões existentes.

Criatividade

Capacidade de gerar e desenvolver ideias originais, inovar e estar disposto a romper com padrões convencionais.

Otimismo

Capacidade de sustentar e comunicar um sentimento de esperança, atitude positiva e confiança na possibilidade de mudanças significativas.

Perseverança

Capacidade de manter o engajamento e permanecer determinado e paciente, mesmo quando os esforços levam muito tempo para dar frutos.