

# Inhalt

Vorwort.....	7
1 Innere Kompetenzen als Fundament der Zukunft .....	11
Einleitung .....	11
Mentale Modelle .....	13
Die innere Dimension der Nachhaltigkeit.....	16
Sechs innere Zukunftskompetenzen .....	18
Quick Reference Guide .....	21
2 Inner Future Skills.....	25
Die integrale Haltung .....	25
Grundlagen .....	26
Die integrale Haltung und ihre sozialökologische Dimension....	36
Die Integrale Haltung und ihre ökonomische Dimension.....	42
Interview mit Stefan Enzler.....	48
Selbstreflexion .....	54
Grundlagen .....	55
Selbstreflexion als Future Skill .....	64
Selbstreflexion in Organisationen .....	69
Interview mit Christine Wamsler.....	74
Selbstwirksamkeit.....	81
Grundlagen .....	82
Selbstwirksamkeit als Future Skill .....	86
Selbstwirksamkeit in Organisationen.....	91
Interview mit Sylvia Brenzel und Alfred Strigl.....	95
Emotionale Kompetenz.....	103
Grundlagen .....	104
Emotionale Kompetenz als Future Skill .....	110
Emotionale Kompetenz in Organisationen.....	117
Interview mit Maja Storch .....	122

Beziehungsfähigkeit.....	128
Grundlagen .....	131
Beziehungsfähigkeit als Future Skill .....	137
Beziehungsfähigkeit in Organisationen.....	142
Interview mit Wolfgang Kradischnig .....	148
Achtsamkeit .....	154
Grundlagen .....	155
Achtsamkeit als Future Skill.....	161
Achtsamkeit in Organisationen .....	167
Interview mit Maren Michaelsen .....	172
Sinnstiftung.....	180
Grundlagen .....	181
Sinnstiftung als Future Skill .....	187
Sinnstiftung in Organisationen.....	192
Interview mit Alexandra Traun .....	198
IFS, Demokratie und künstliche Intelligenz.....	203
Inner Future Skills und Demokratie.....	204
IFS und künstliche Intelligenz .....	206
3 Transformative Lernprozesse .....	209
Grundlagen .....	209
Transformative Lernprozesse in der Praxis.....	210
Drei Voraussetzungen.....	211
Beispiel für einen mehrtägigen Kurs.....	212
Forschungsprojekt zu transformativen Kompetenzen.....	214
Forschungsergebnisse.....	215
Weltbild der Verbundenheit .....	216
Das Mindset-Problem .....	217
Weltbild der Verbundenheit.....	218
Abschluss.....	221
Literatur.....	222