

**INNER DEVELOPMENT GOALS**

Transformational Skills for Sustainable Development

Transformative Skills für Nachhaltigkeit - IDGs (Inner Development Goals)  
im Hochschulkontext

# **IDG-Hub (3)**

08.01.25, 14:30-16:00 Uhr - Dimension: Sein

**Deutsche Gesellschaft für Nachhaltigkeit an  
Hochschulen (DG HochN) e.V.**

mit Stefanie Barth, Yvonne Engel und Jenny Scholl



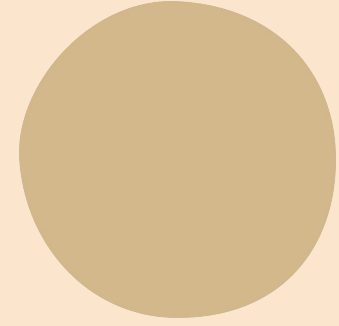
# Beschreibung

## IDG-Hub (3)

### **Transformative Skills für Nachhaltigkeit - IDGs (Inner Development Goals) im Hochschulkontext (online Hub-Reihe)**

Wenn die Gesellschaft die Sustainable Development Goals (SDGs) erreichen will, liegt es nahe, dass sich dafür auch die Kompetenzen und Fähigkeiten des Einzelnen weiterentwickeln müssten. Mit diesem Hintergrund wurden die IDG entwickelt, die transformative Fähigkeiten und Kompetenzen aufzeigen. In dieser Hub-Reihe wollen wir zum einen erlebbar machen, was die IDG bedeuten, und zum anderen gemeinsam erarbeiten, wie sie im Hochschulkontext anwendbar und vermittelbar sind.

Im dritten Termin dieser Reihe widmen wir uns mit Jenny Scholl (Nachhaltigkeitsmultiplikatorin) und Yvonne Engel (LernFutur, Bildungsreferentin für nachhaltige Entwicklung) vertiefend der IDG-Dimension SEIN. Dabei blicken wir auf unsere Rolle als Change Agents oder Lehrende an der Hochschule, auf die Entwicklung unserer Kompetenzen und unserer Haltung (z. B. Authentizität und innerer Kompass) als Hebel für Transformation und auf jene Aspekte, die uns zur Nutzung unseres Handlungsspielraumes ermutigen.



# Ablauf

Dimension: Sein

## (1) Check-In

Ankommen

Orientierung in der Hub-Reihe

Einstimmen

## (2) Impuls I - Relevanz

Bildungsauftrag

(Lehrenden-)Kompetenzorientierung

change agent sein - Austausch

## (3) Impuls II - Übersicht

Dimension "Sein" mit fünf Fähigkeiten

## (4) Übungspraxis

(Selbst-)Reflexion

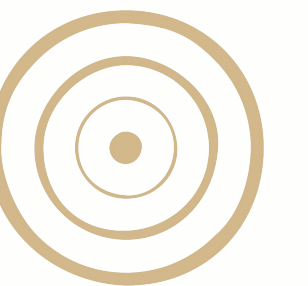
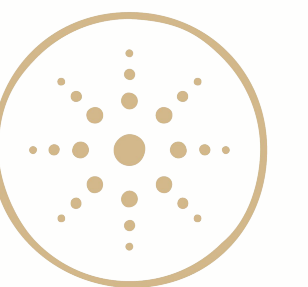
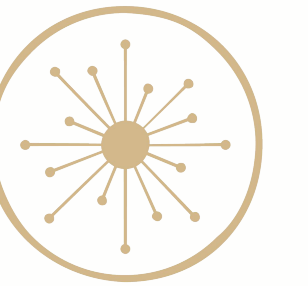
Journaling und Austausch

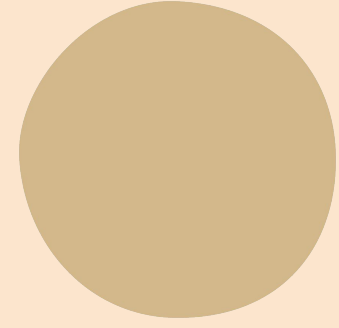
## (5) Check-Out

Zusammenfassung

Ernte

Selbstverortung und Intention





# Check-in

meditativ, erfahrungsbasiert

Stell dir eine konkrete Situation (beruflich, privat) vor, in der du dich sehr authentisch gefühlt hast: Wie hat sich das angefühlt? Was hat dazu beigetragen, was hat es dir ermöglicht, authentisch zu sein?



# Relevanz

Bildungsauftrag - (Lehrenden-)Kompetenzorientierung - change agent sein

## BNE braucht Lehr-/Lernkulturentwicklung und Weiterbildung

NP BNE 2017: 54

## Kompetenzentwicklung bei Lehrenden und Multiplikator:innen als prioritäres Handlungsfeld (3 von 5) zur Beschleunigung von BNE 2030

NP BNE 2023: 4; UNESCO 2021a: 3; UNESCO 2021b: 30

## Handlungs- und Gestaltungskompetenzen als Schwerpunkt der BNE-Dekade 2030

NP BNE 2023: 4 UNESCO 2021a: 5

## Freiraum als Entwicklungsraum für Fähigkeiten

NP BNE 2017: 63; NP BNE 2023: 5

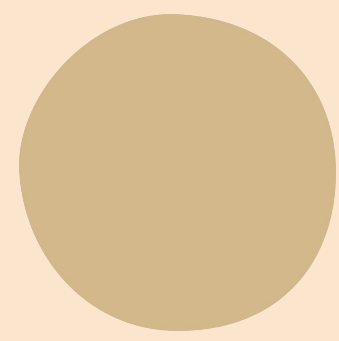
## change agent sein

nachhaltige Veränderung mit voranbringen



Prioritäre Handlungsfelder der Roadmap #BNE2030

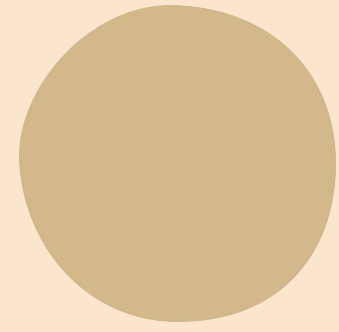
(Abb. aus UNESCO 2021b: 54, Hervorhebung ergänzt)



# Impulsfrage

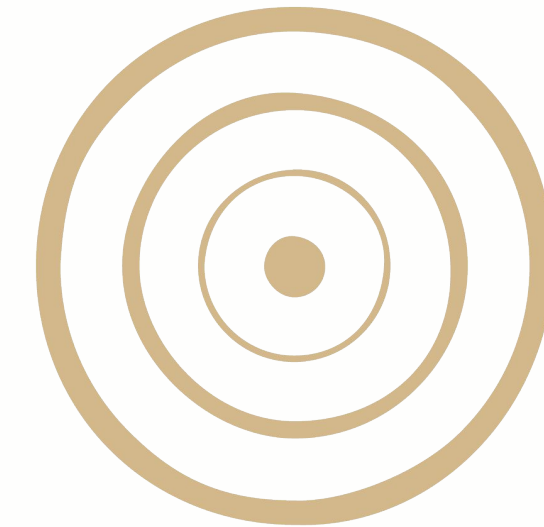
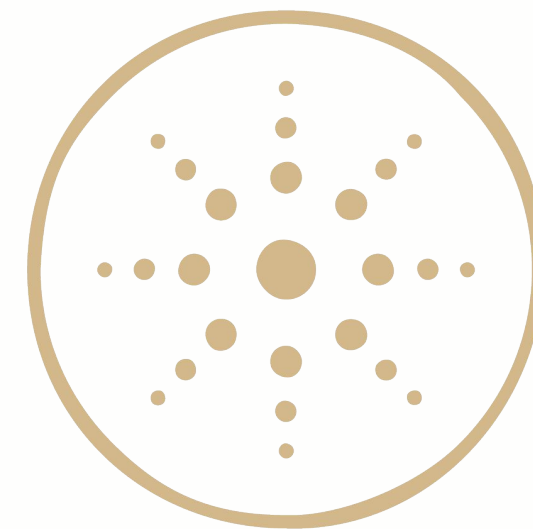
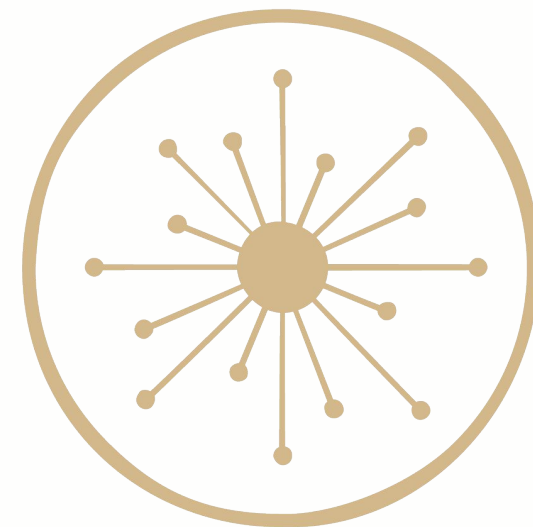
Austausch in Kleingruppen

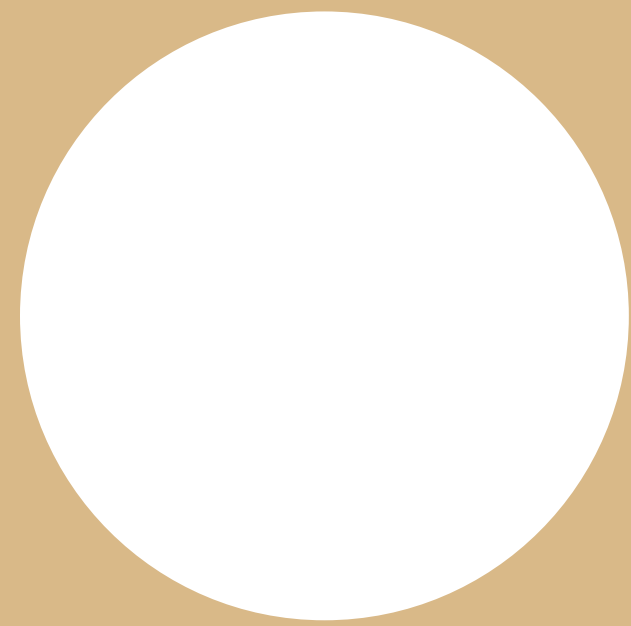
Was bedeutet es, change agent zu sein?  
Weiß ich, wer ich als Lehrende:r, Multiplikator:in bin?  
Wer bin ich in diesen Rollen?



# Übersicht

Dimension "Sein" mit fünf Fähigkeiten





## 1 Sein

Beziehung zu sich selbst

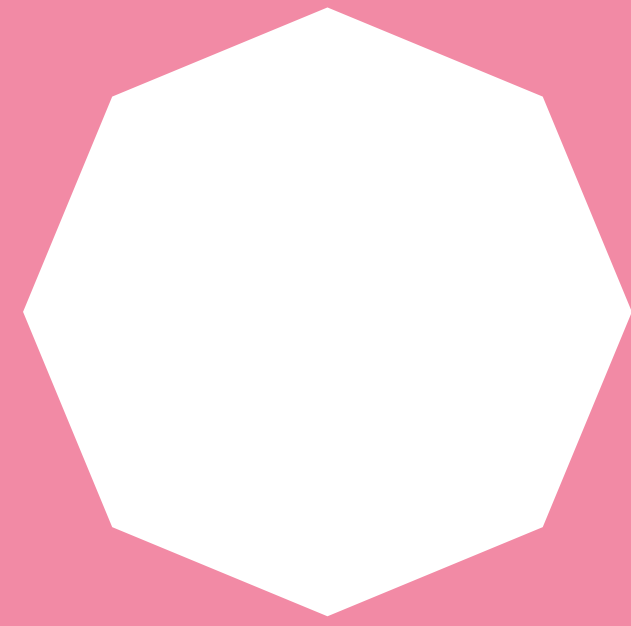
Innerer Kompass

Integrität und Authentizität

Offenheit und Lernbereitschaft

Selbsterkenntnis

Gegenwärtigkeit



## 2 Denken

Kognitive Fertigkeiten

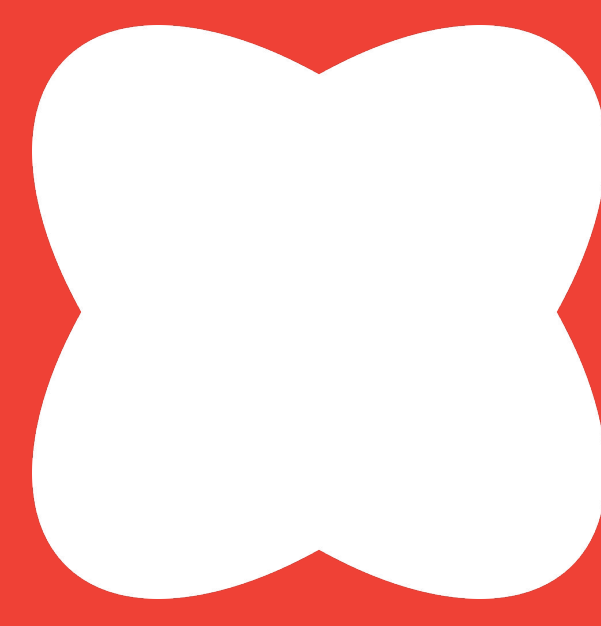
Kritisches Denken

Bewusstsein für Komplexität

Perspektivische Fähigkeiten

Sinnstiftung

Langfristige Orientierung und Visionen



## 3 Beziehung

Fürsorge für andere und die Welt

Wertschätzung

Verbundenheit

Bescheidenheit

Einfühlungsvermögen und Mitgefühl



## 4 Zusammenarbeit

Soziale Kompetenzen

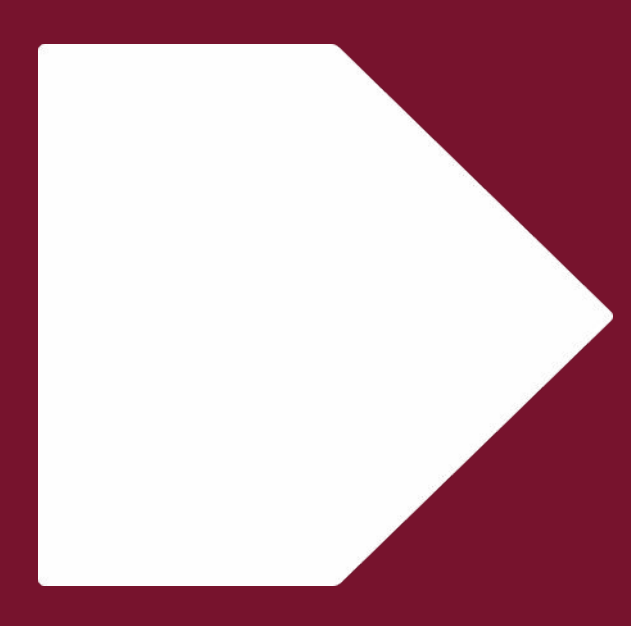
Kommunikationsfähigkeiten

Mitgestaltungsfähigkeiten

Inklusive Denkweise und interkulturelle Kompetenz

Vertrauen

Mobilisierungsfähigkeiten



## 5 Handeln

Wandel vorantreiben

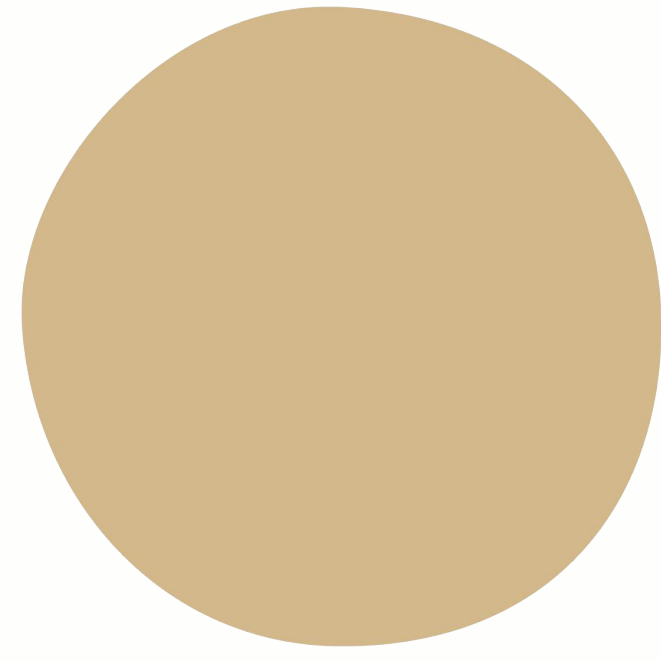
Mut

Kreativität

Optimismus

Beharrlichkeit





# Sein

## Beziehung zu sich selbst

Die Pflege unseres inneren Lebens und die Entwicklung und Vertiefung unserer Beziehung zu unseren Gedanken, Gefühlen und unserem Körper helfen uns, präsent, absichtsvoll und nicht reaktiv zu sein wenn wir mit Komplexität konfrontiert sind.



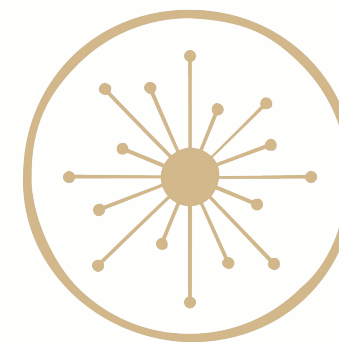
### **Innerer Kompass**

Ein tief empfundenenes Gefühl der Verantwortung und des Engagements für Werte und Ziele, die dem Wohl des Ganzen dienen.



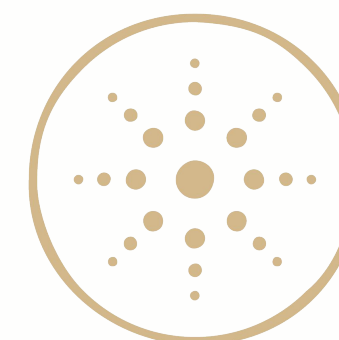
### **Integrität und Authentizität**

Die Verpflichtung und Fähigkeit, aufrichtig, ehrlich und integer zu handeln.



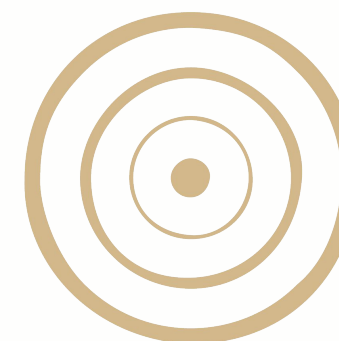
### **Offenheit und Lernbereitschaft**

Eine Grundhaltung der Neugier und die Bereitschaft, verletzlich zu sein, sich auf Veränderungen einzulassen und zu wachsen.



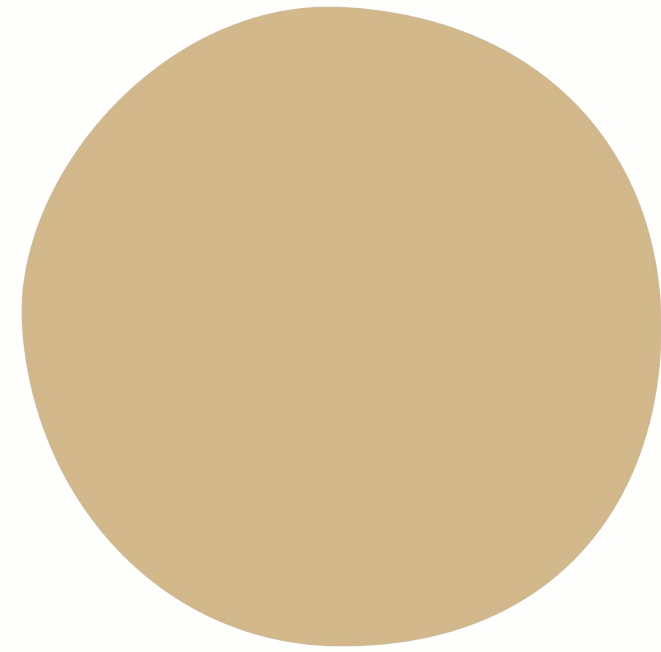
### **Selbsterkenntnis**

Fähigkeit, in reflektierendem Kontakt mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen zu sein; ein realistisches Selbstbild und Fähigkeit zur Selbstregulierung.



### **Gegenwärtigkeit**

Die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu sein, ohne zu urteilen und in einem Zustand der offenen Präsenz.



# Sein

## Übungspraxis

Mural:

<https://app.mural.co/t/jennyscholl8645/m/jennyscholl8645/1734696294095/e991c131452b0e76ded3d8e71d4f101197a395f3>

Das Muralboard steht bis 30.06.25 zur Verfügung und wird dann zwecks Datenmengenreduzierung gelöscht.



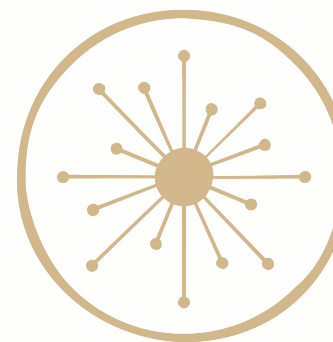
### **Innerer Kompass**

Ein tief empfundenenes Gefühl der Verantwortung und des Engagements für Werte und Ziele, die dem Wohl des Ganzen dienen.



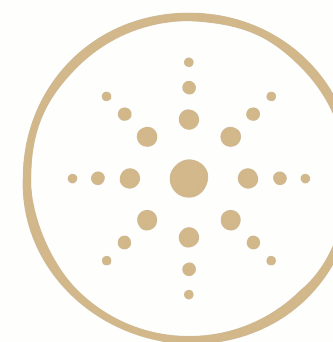
### **Integrität und Authentizität**

Die Verpflichtung und Fähigkeit, aufrichtig, ehrlich und integer zu handeln.



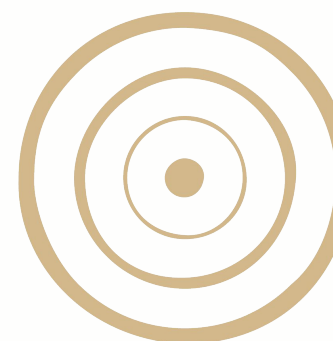
### **Offenheit und Lernbereitschaft**

Eine Grundhaltung der Neugier und die Bereitschaft, verletzlich zu sein, sich auf Veränderungen einzulassen und zu wachsen.



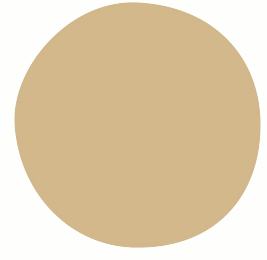
### **Selbsterkenntnis**

Fähigkeit, in reflektierendem Kontakt mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen zu sein; ein realistisches Selbstbild und Fähigkeit zur Selbstregulierung.



### **Gegenwärtigkeit**

Die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu sein, ohne zu urteilen und in einem Zustand der offenen Präsenz.



# Sein

Übungspraxis

Notiere auf  
einer Sticky  
Note jeweils ein  
Schlagwort  
oder (Halb-)Satz

Wie ist diese Fähigkeit für mich erfahrbar?

Körperwahrnehmungen



Gefühle



Gedanken



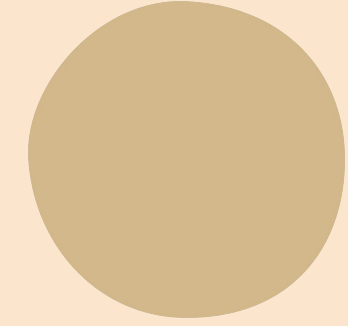
Welche Bedeutung hat die Fähigkeit für mich, wenn es darum geht, wirksamer Change Agent zu sein?

Bedeutung



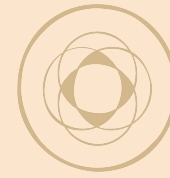
Wie lässt sich diese Fähigkeit praktisch einüben und wirksam kultivieren?





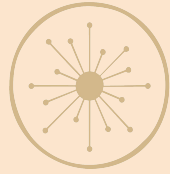
# Journaling Übungspraxis

*...im Schreibprozess Klarheit in die eigene persönliche Vision bringen.*



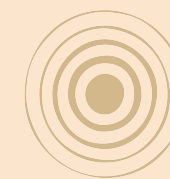
## Innerer Kompass

Ein tief empfundenenes Gefühl der Verantwortung und des Engagements für Werte und Ziele, die dem Wohl des Ganzen dienen.



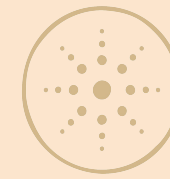
## Offenheit und Lernbereitschaft

Eine Grundhaltung der Neugier und die Bereitschaft, verletzlich zu sein, sich auf Veränderungen einzulassen und zu wachsen.



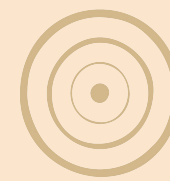
## Integrität und Authentizität

Die Verpflichtung und Fähigkeit, aufrichtig, ehrlich und integer zu handeln.



## Selbsterkenntnis

Fähigkeit, in reflektierendem Kontakt mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen zu sein; ein realistisches Selbstbild und Fähigkeit zur Selbstregulierung.



## Gegenwärtigkeit

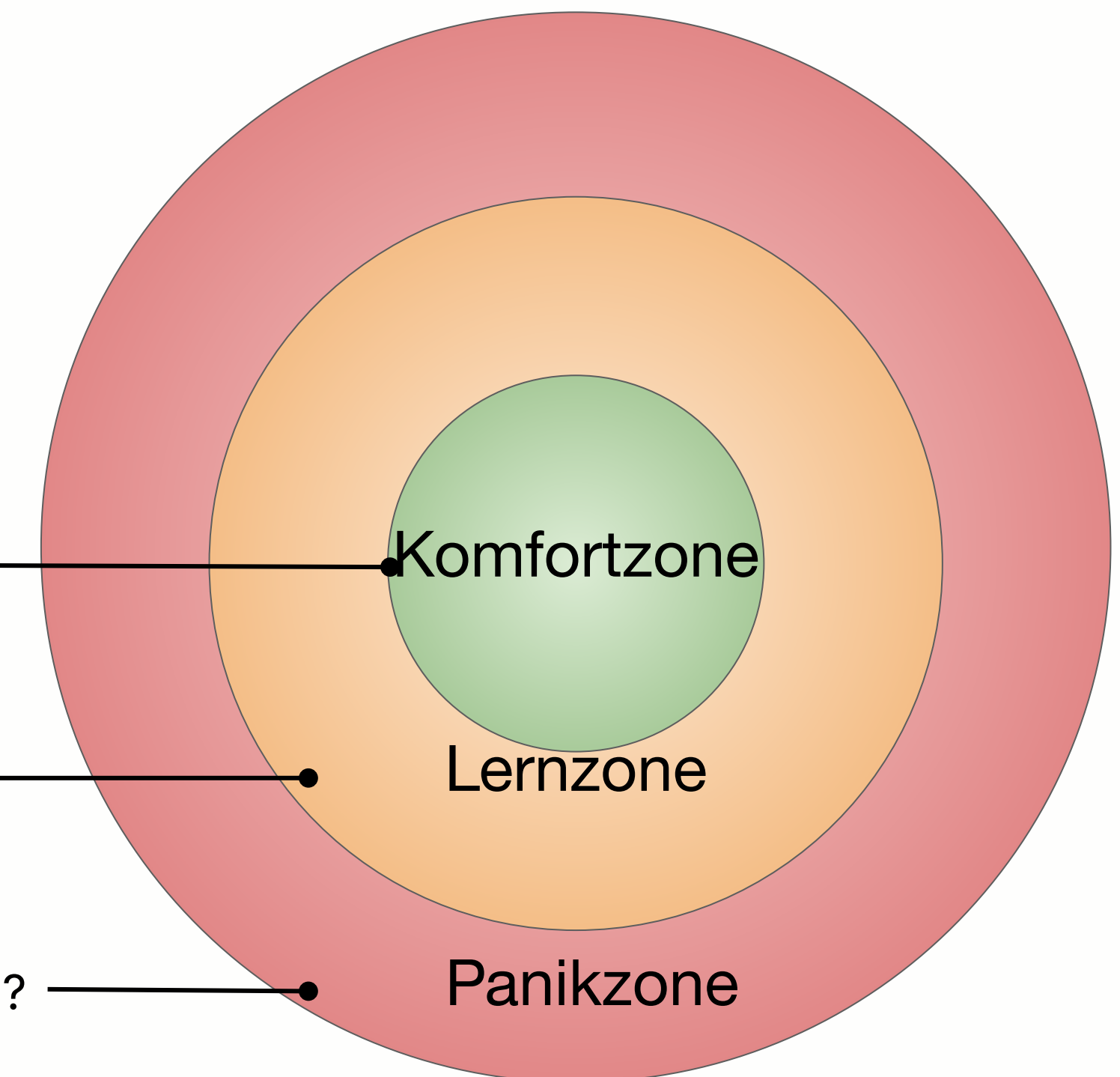
Die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu sein, ohne zu urteilen und in einem Zustand der offenen Präsenz.

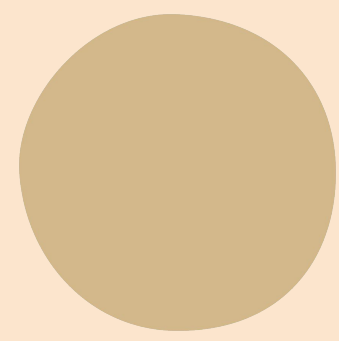
## Wo stehe ich gerade in der Kultivierung dieser Fähigkeiten?

Wo bin ich in meiner Komfortzone? Welche Fähigkeiten lebe ich bereits?

Wo sehe ich noch Potenziale für transformative (Lern-)Prozesse, die ich mir gerne erschließen würde?

Wo sehe ich potenzielle Überforderungen, die Handlungsfähigkeit lähmen?





# Austausch

## Übungspraxis

Was kann ich durch die Kultivierung dieser Fähigkeiten bei mir im Hinblick auf den Lernprozess von Studierenden/Kolleg:innen/ weitere Akteure ermöglichen?

Wer oder was unterstützt mich dabei?

*Nehmt euch eine Minute zum gemeinsamen Ankommen und Kennenlernen  
Dann sprecht nacheinander für je drei Minuten. Achtet auf die Zeit.*

# Ernte und Transfer

## Lernerfahrungen und nächste Schritte

Verbinde dich mit Deiner Intention.

Welche Version Change Agent möchte ich sein?

...

Verorte dich einmal auf dem Spektrum. Wo stehst du jetzt? Wo möchtest du zukünftig stehen?

Frage dich, was Dein nächster mutiger Schritt ist zu diesem Platz bzw. in deine gewünschte Rolle.

Notiere deine Antwort auf einer Sticky Note und platziere diese an der für dich passenden Stelle im Spektrum.

Was nimmst du konkret für deinen weiteren Weg aus der heutigen Veranstaltung mit?



Übung angelehnt an Seitz, Daniel (2024): DSEE erklärt Klimaschutz Teil 1: Klimaprojekte erfolgreich planen und umsetzen, online verfügbar unter <https://www.youtube.com/watch?v=GZfxDMNYELO>, zuletzt geprüft am 03.01.2025.



# Literatur

Nationale Plattform Bildung für nachhaltige Entwicklung (NP BNE) (2017): Nationaler Aktionsplan Bildung für nachhaltige Entwicklung. Der deutsche Beitrag zum UNESCO-Weltaktionsprogramm,  
[https://www.bmbf.de/bmbf/shareddocs/downloads/files/nationaler\\_aktionsplan\\_bildung\\_fuer\\_nachhaltige\\_entwicklung.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=2](https://www.bmbf.de/bmbf/shareddocs/downloads/files/nationaler_aktionsplan_bildung_fuer_nachhaltige_entwicklung.pdf?__blob=publicationFile&v=2), zuletzt geprüft am 03.01.25.

Nationale Plattform Bildung für nachhaltige Entwicklung (NP BNE) (2023): Impulspapier. Unser weiterer Weg zur Umsetzung von BNE 2030,  
[https://www.bne-portal.de/bne/shareddocs/downloads/files/impulspapier-nationale-plattform-2023.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=1](https://www.bne-portal.de/bne/shareddocs/downloads/files/impulspapier-nationale-plattform-2023.pdf?__blob=publicationFile&v=1), zuletzt geprüft am 03.01.2024.

UNESCO (2021a): Berliner Erklärung zur Bildung für nachhaltige Entwicklung,  
<https://bne.unesco.de/bildung/bildung-fuer-nachhaltige-entwicklung/weltkonferenz-berliner-erklaerung>, zuletzt geprüft am 03.01.2025.

UNESCO (2021b): Bildung für nachhaltige Entwicklung. Eine Roadmap. #ESDfor2030, #BNE2030,  
[https://www.unesco.de/sites/default/files/2022-02/DUK\\_BNE\\_ESD\\_Roadmap\\_DE\\_barrierefrei\\_web-final-barrierefrei.pdf](https://www.unesco.de/sites/default/files/2022-02/DUK_BNE_ESD_Roadmap_DE_barrierefrei_web-final-barrierefrei.pdf), zuletzt geprüft am 03.01.25.

# Übungspraxen

## weiterführende Vorschläge

### Innerer Kompass

Ein tief empfundenes Gefühl der Verantwortung und des Engagements für Werte und Ziele, die dem Wohl des Ganzen dienen.

### Integrität und Authentizität

Die Verpflichtung und Fähigkeit, aufrichtig, ehrlich und integer zu handeln.

### Offenheit und Lernbereitschaft

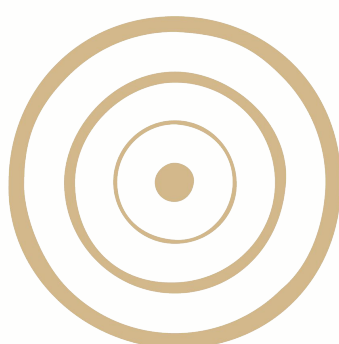
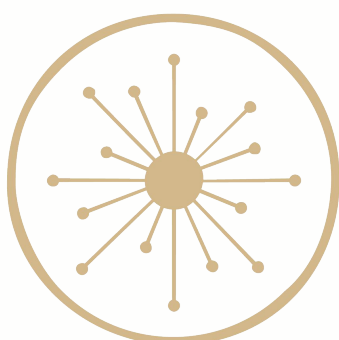
Eine Grundhaltung der Neugier und die Bereitschaft, verletzlich zu sein, sich auf Veränderungen einzulassen und zu wachsen.

### Selbsterkenntnis

Fähigkeit, in reflektierendem Kontakt mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen zu sein; ein realistisches Selbstbild und Fähigkeit zur Selbstregulierung.

### Gegenwärtigkeit

Die Fähigkeit, im Hier und Jetzt zu sein, ohne zu urteilen und in einem Zustand der offenen Präsenz.



### Innerer Kompass

Moralische Ambition (Rutger Bregman)  
Inneres Navi (Vivian Dittmar)  
Echter Wohlstand (Vivian Dittmar)

### Integrität und Authentizität

Moralische Ambition (Rutger Bregman)  
Inneres Navi (Vivian Dittmar)  
Echter Wohlstand (Vivian Dittmar)

### Offenheit und Lernbereitschaft

Dialogerfahrungen

### Selbsterkenntnis

Biografiearbeit, Selbstreflexion, Wahrnehmungsfähigkeit (kognitiv, emotional, motivational, körperlich)  
Gewaltfreie Kommunikation (Marshall B. Rosenberg)  
Transparente Kommunikation (Thomas Hübl)  
Theory U (mit Social Arts und Social Presencing Theater, Presencing Institute)

### Gegenwärtigkeit

regelmäßiges Innehalten  
Achtsamkeit (bspw. 5 A(ha)s der Achtsamkeit in integraler Lebenspraxis)  
Meditation





# Literatur

## weiterführende Empfehlungen

**Bregman, Rutger** (2024): Moralische Ambition. Wie man aufhört, sein Talent zu vergeuden, und etwas schafft, das wirklich zählt. Hamburg: Rowohlt. [School for Moral Ambition, Moral Ambition Circle]

**Bronswijk, Katharina van** (2022): Klima im Kopf. Angst, Wut, Hoffnung: Was die ökologische Krise mit uns macht. München: oekom. [Ansatz "beyond hope": Wer will ich gewesen sein?]

**Dittmar, Vivian** (2018): Gefühle & Emotionen. Eine Gebrauchsanweisung. 5. Aufl. München: edition est. [Gefühlekompass]

**Dittmar, Vivian** (2018): Der emotionale Rucksack. Wie wir mit ungesunden Gefühlen aufräumen. 2. Aufl. München: Kailash. [Emotionale Hygiene und bewusste emotionale Entladung]

**Dittmar, Vivian** (2019): Das innere Navi – Wie du mit den fünf Disziplinen des Denkens Klarheit findest. Wie Intuition, Inspiration, Herzintelligenz und Absicht mit der Ratio zusammenspielen. München: edition est. [Bezüge zum inneren Kompass, Modell: Das innere Navi - Reflexionshilfe und Übungen]

**Dittmar, Vivian** (2021): Echter Wohlstand. Warum sich die Investition in inneren Reichtum lohnt - Ein Plädoyer für neue Werte. München: Kailash. [Bezüge zum inneren Kompass, Modell und Reflexionsfragen zu echtem Wohlstand]

**Dittmar, Vivian** (2021): Innere Führung. Sensing! - Zugang zu unserer inneren Führung finden. In: Annekathrin Grüneberg, Arndt Pechstein, Peter Spiegel und Anabel Ternès von Hattburg (Hg.): Future Skills. 30 zukunftsentscheidende Kompetenzen und wie wir sie lernen können. München: Vahlen, S. 146–153.

**Kunz, Norbert; Zivanovic, Sven (2021)**: Changemaking. Wie werden wir zu Changemaker\*innen für eine bessere Welt? In jeder Lebensphase - in jedem Lebensbereich. In: Annekathrin Grüneberg, Arndt Pechstein, Peter Spiegel und Anabel Ternès von Hattburg (Hg.): Future Skills. 30 zukunftsentscheidende Kompetenzen und wie wir sie lernen können. München: Vahlen, S. 92–97. [S. 96: Tool: Sind sie ein\*e Changemaker\*in?]

**Peter, Brigitte; Heyer, Martin** (2023): Empowerment für Klima & Co. - mit den Inner Development Goals. Hg. v. Wissenschaftsladen (WILA) Bonn e.V. in Kooperation mit Heinrich-Böll-Stiftung NRW und Katholisch-Sozialem Institut KSI, online verfügbar unter <https://wilabonn.de/images/PDFs/IDG-Weiterbildung/231211Modul-Handbuch-online.pdf>, zuletzt geprüft am 03.01.2025. [IDG-Trainingsmodule, auch mit Übungen zu den Fähigkeiten in der Dimension Sein]

**Rosenberg, Marshall B.** (2004): Das Herz gesellschaftlicher Veränderung. Wie Sie Ihre Welt entscheidend umgestalten können. Paderborn: Junfermann. [Gewaltfreie Kommunikation, change agent sein]

**Wilber, Ken; Patten, Terry; Leonard, Adam; Morelli, Marco** (2010): Integrale Lebenspraxis. Körperliche Gesundheit, emotionale Balance, geistige Klarheit, spirituelles Erwachen. Ein Übungsbuch. 6. Aufl. München: Kösel. [bspw. Achtsamkeit und Meditation]



# Material

## weiterführende Vorschläge

IDG-Karten, Canva-Vorlage, erstellt von Yvonne Engel:

<https://www.canva.com/design/DAGbmZhCpy4/pAc18kZe9D-TlimdqAtsFA/edit>

iCondu: IDG-Roulette. <https://idg-roulette.icondu.de/>

IDG-Toolkit: <https://idg.tools/>

Nacke, Ralf (2023): Die Inner Development Goals (IDGs). Bildung für morgen (Kern-Lerninhalt, Modul 15).  
Online verfügbar unter <https://bildung-fuer-morgen.ch/bildungsinhalt/die-inner-development-goals-idgs/>,  
zuletzt geprüft am 03.01.25.



# Kontakt

**Stefanie Barth**

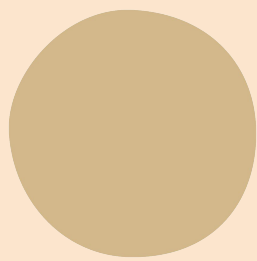
[stefanie.barth@dg-hochn.de](mailto:stefanie.barth@dg-hochn.de)

**Yvonne Engel**

[kontakt@lernfutur.de](mailto:kontakt@lernfutur.de)

**Jenny Scholl**

[mail@jennyscholl.de](mailto:mail@jennyscholl.de)



**Danke für's Dabeisein!**

Auf Wiedersehen