


Stefan Schoch
Integral Master Coach™

Integrale Impulse

- Online-Seminare -

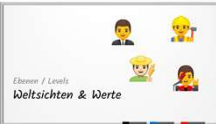

www.stefan-schoch.de

1



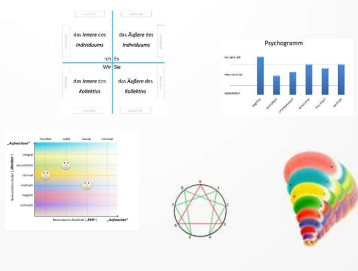
Überblick
Ken Wilbers „Integraler Ansatz“
oder: ‚eine Theorie von Allem‘

2

<p>Grundlagen AQAL: Bausteine des Integralen Ansatzes</p> 	<p>Ebenen / Levels Weltansichten & Werte</p> 
<p>AQAL Level / Ebenen</p> 	<p>Quadranten Übungen!</p> 

3

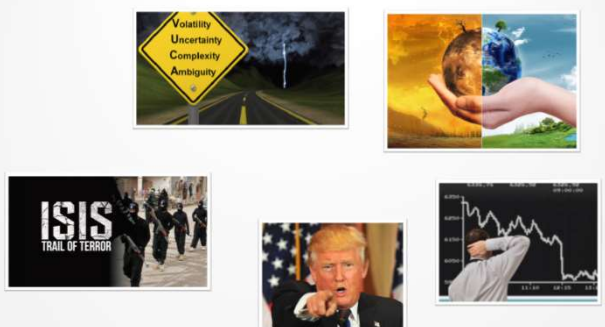
Grundlagen
AQAL:
Bausteine des Integralen Ansatzes



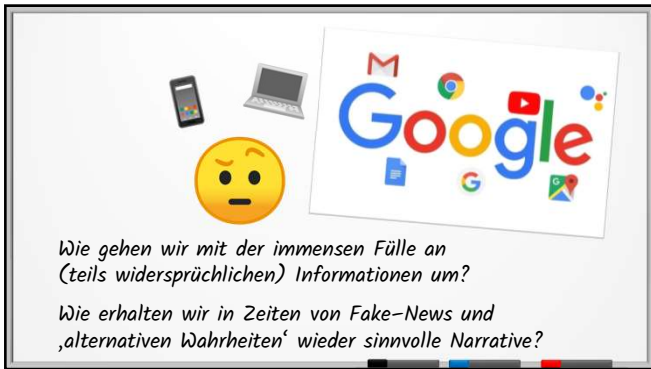
4

Wozu „Integral?“ 🤔

5



6



Wie gehen wir mit der immensen Fülle an (teils widersprüchlichen) Informationen um?
 Wie erhalten wir in Zeiten von Fake-News und ‚alternativen Wahrheiten‘ wieder sinnvolle Narrative?

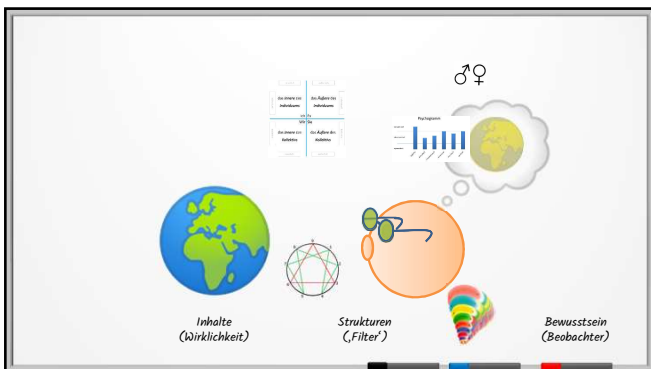
7

Wir brauchen (bessere) Landkarten!



... wollen die aber nicht mit dem Territorium verwechseln!






8

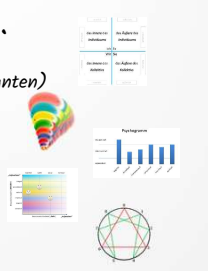


Inhalte (Wirklichkeit) Strukturen (Filter) Bewusstsein (Beobachter)

9

AQAL: all...

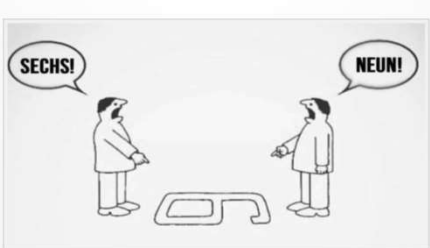
-  *Quadrants (Quadranten)*
-  *Levels (Ebenen)*
-  *Lines (Linien)*
-  *States (Zustände)*
-  *Types (Typen)*



10

*Integral Leben -
Wirklichkeits- Konstruktion*

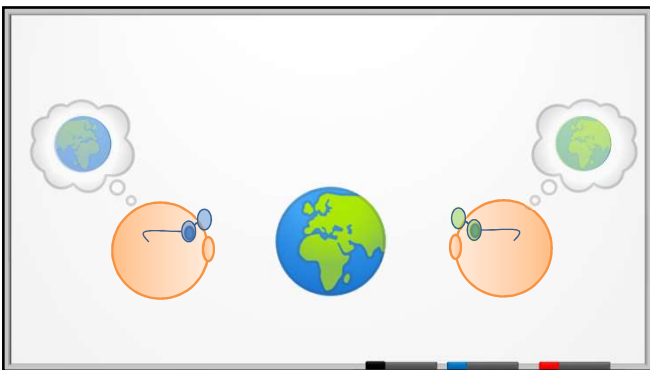
11



12



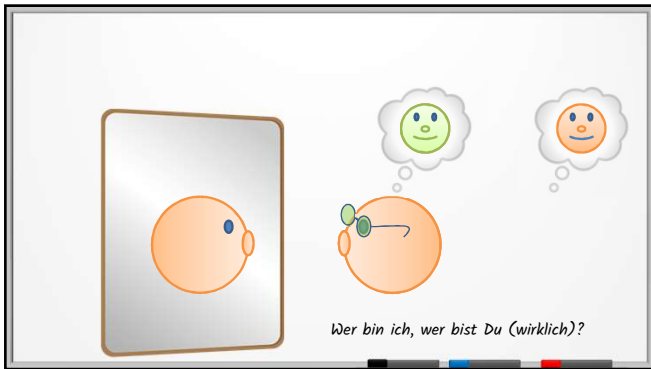
13



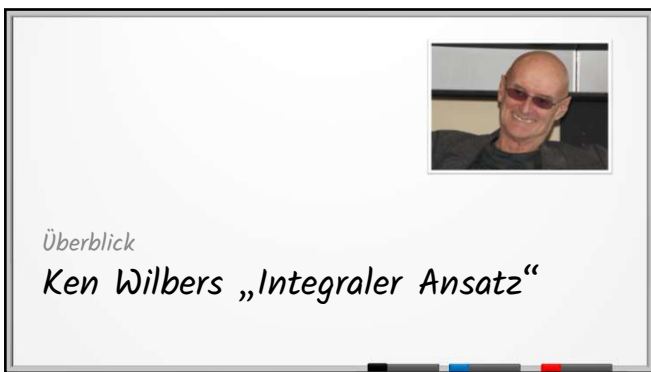
14



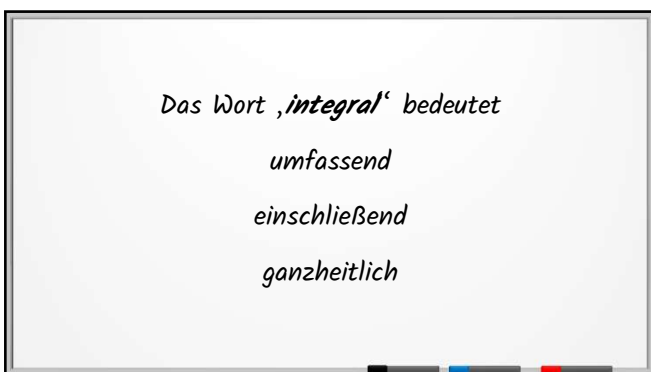
15



16




17



18

„all is true, but partial“
(„alles ist wahr, aber unvollständig“)


„nobody is smart enough
to be wrong all the time“
(„Niemand ist schlau genug, die ganze Zeit unrecht zu haben“)



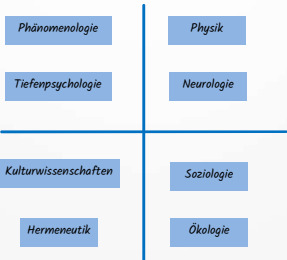
Ken Wilber

19

wie passen diese Themen in eine
gemeinsame Ordnung?








20

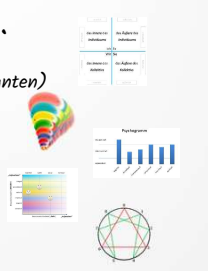


Phänomenologie	Physik
Tiefenpsychologie	Neurologie
Kulturwissenschaften	Soziologie
Hermeneutik	Ökologie

21

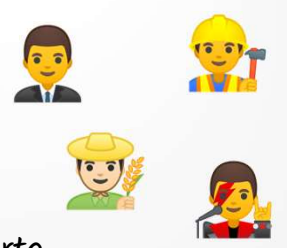
AQAL: all...

-  **Quadrants (Quadranten)**
-  **Levels (Ebenen)**
-  **Lines (Linien)**
-  **States (Zustände)**
-  **Types (Typen)**



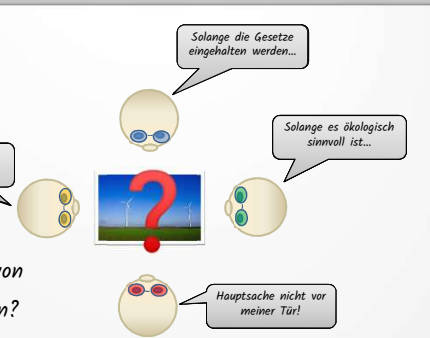
22

Ebenen / Levels
Weltsichten & Werte



23

Was hältst Du von Windkraftwerken?



Solange die Gesetze eingehalten werden...

Solange es ökologisch sinnvoll ist...

Solange es ökonomisch sinnvoll ist...

Hauptsache nicht vor meiner Tür!

24

Was wir bei diesem Projekt beachten sollten...

- ... dass jeder maximale Leistung bringt.
- ... dass jeder seine Rolle kennt.
- ... dass jeder zu Wort kommen kann.
- ... dass ich bekomme, was ich will.

25

Weltsichten

Weltsichten



26



Was ist eine Weltsicht?

Was ist eine Weltsicht?

27

Bedeutung der Weltsicht








Motivation:
Die Weltsicht einer Person definiert, was ihre Werte sind und was sie motivierend findet

Kommunikation:
Erfolgreiche Kommunikation wird dramatisch verbessert, wenn wir den richtigen 'Werte-Dialekt' sprechen

28

Grün









Postmoderne Weltsicht
(Pluralistisches Mindset)

29

Menschen mit einem pluralistischen mindset...

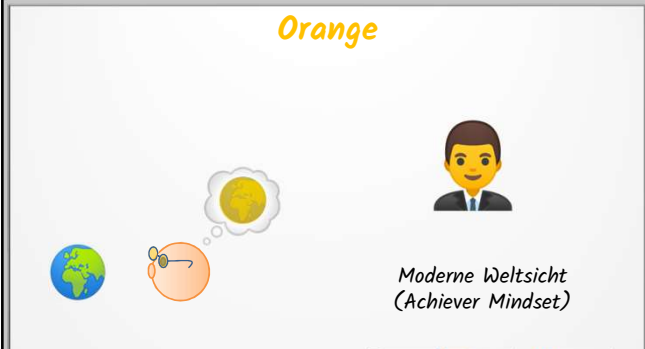




- **Identifizieren** sich damit, nicht wertend, sozial und umweltbewusst zu sein.
- **betonen:** Erfüllung, durch persönliches Wachstum, harmonische Beziehungen, "einen Unterschied machen"
- **streben nach:** Toleranz, kultureller Sensitivität, Diversität, Nachhaltigkeit

30

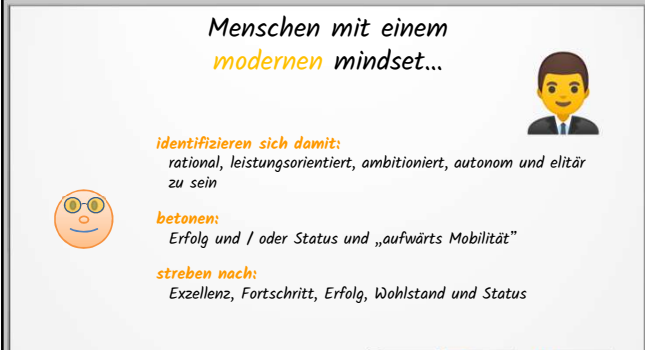
Orange



*Moderne Weltsicht
(Achiever Mindset)*

31

**Menschen mit einem
modernen mindset...**



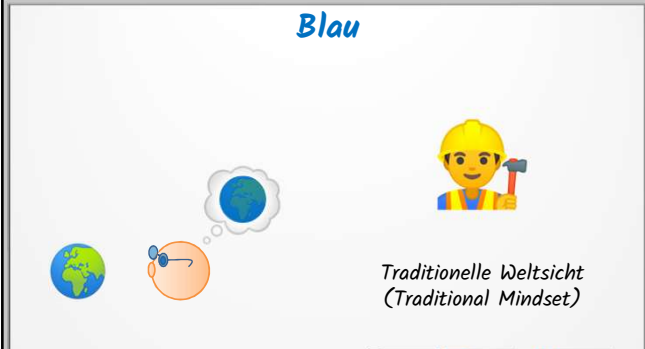
identifizieren sich damit:
rational, leistungsorientiert, ambitioniert, autonom und elitär zu sein

betonen:
Erfolg und / oder Status und „aufwärts Mobilität“

streben nach:
Exzellenz, Fortschritt, Erfolg, Wohlstand und Status

32

Blau





*Traditionelle Weltsicht
(Traditional Mindset)*

33

Menschen mit einem traditionellen mindset...




- **identifizieren sich damit:**
pflichtbewusst, diplomatisch, zielgerichtet, sich für künftige Belohnungen aufopfernd zu sein
- **betonen:**
Stabilität, das Festhalten am 'Erprobten und Bewährten', die 'natürlichen Ordnung' der Dinge
- **streben nach:**
Konformität mit 'traditionellen' Werten, Regeln und sozialen Rollen






34

Rot





Imperialistische Weltsicht
(Power Mindset)

35

Menschen mit einem Power mindset...

- **Identifizieren sich damit:**
mutig, egozentrisch, impulsiv, risikobereit und oft wild zu sein
- **betonen:**
persönliche Macht, die Fähigkeit, außerhalb konventioneller Regeln zu leben
- **streben nach:**
'für heute leben', respektiert zu werden, Kontrolle zu haben, unmittelbare Bedürfnisbefriedigung





36

die wichtigsten Weltansichten

Achiever <ul style="list-style-type: none">· materialistisch· Konkurrenzorientiert· sucht Status 	Traditionell <ul style="list-style-type: none">· konform· pflichtbewusst· sucht Stabilität 
Pluralistisch <ul style="list-style-type: none">· partnerschaftlich· tolerant· sucht Erfüllung 	Machtzentriert <ul style="list-style-type: none">· impulsiv· rebellisch· sucht Risiko 



37

Mindset Kombinationen



Die meisten Menschen haben ein primäres und ein sekundäres Mindset

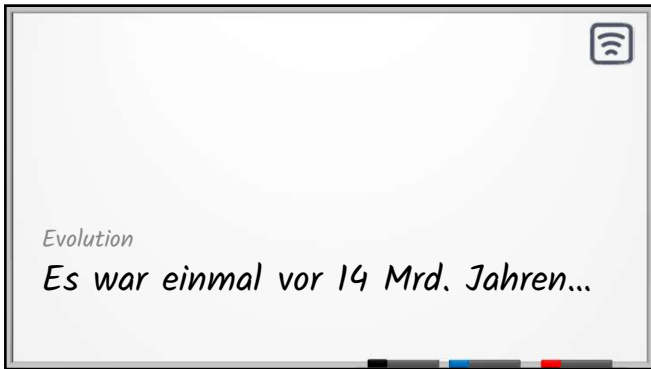
38



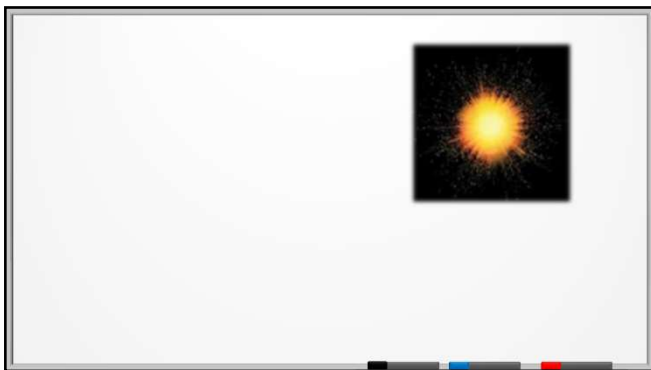
AQAL
Level / Ebenen

39

Evolution
Es war einmal vor 14 Mrd. Jahren...



40



41

und dann (in Kurzform):
"Nimm eine große Wolke Wasserstoff-Gas,
lasse sie lange genug alleine und daraus entstehen
Giraffen, Rosenbüsche und Menschen"
(Brian Swimme)



42

Geschichte der Evolution

Jahre	Was?
13.7 Mrd	Big Bang
3.8 Mrd	Leben
6 Mio.	Hominiden
30.000	Höhlenmalereien
2.600	Buddha
240	Evolutionstheorie
137	Telefon
50	Integrale Weltsicht
18	Internet

43

Holons in Holons in Holons...

Zunahme an:

- Komplexität
- Zusammenarbeit
- Freiheit
- Bewusstsein

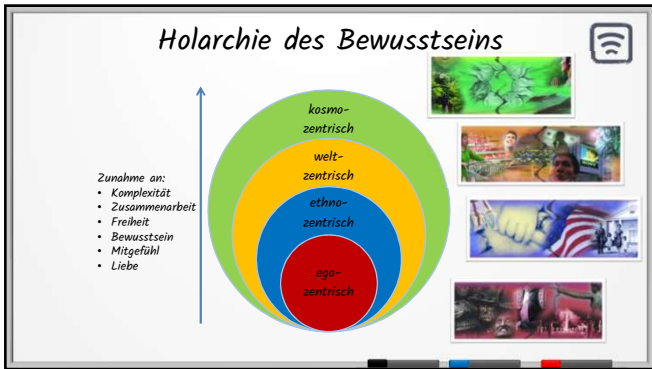
44

Holons in Holons in Holons...

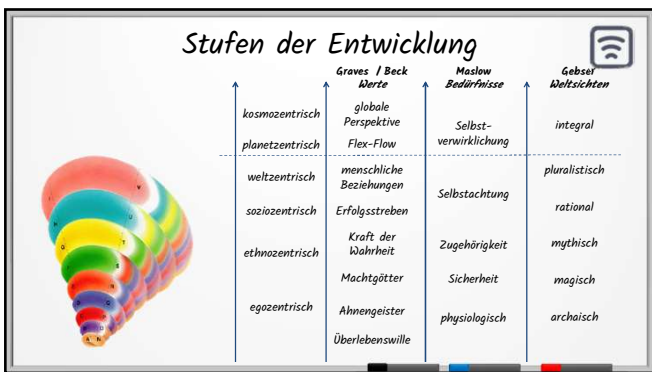
Zunahme an:

- Komplexität
- Zusammenarbeit
- Freiheit
- Bewusstsein

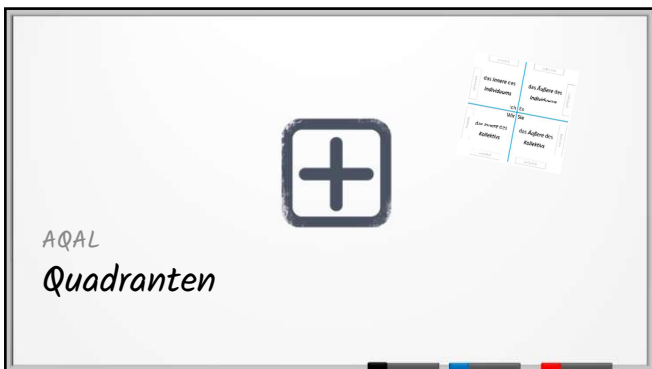
45



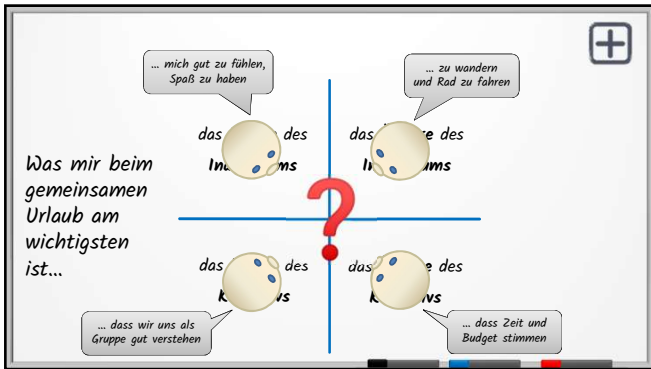
46



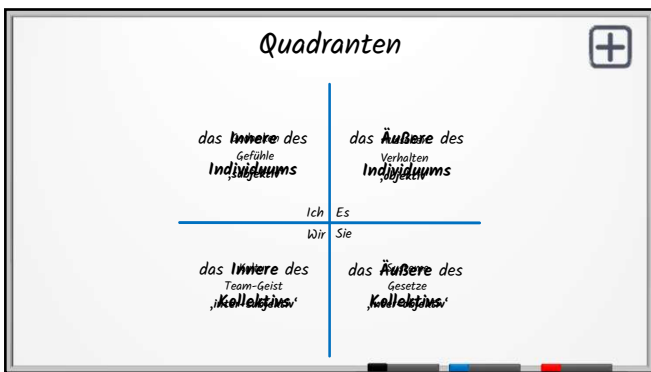
47



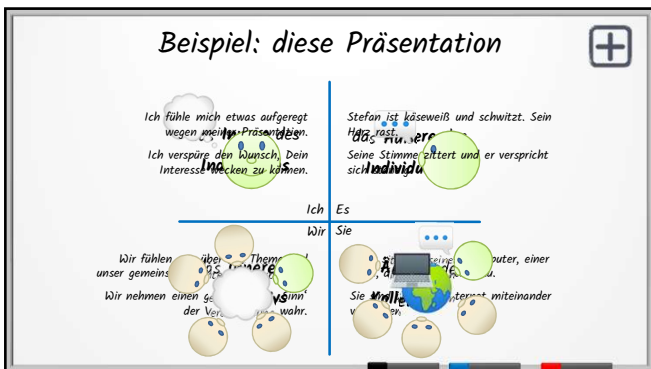
48



49



50




51

Ausblick: Quadranten-Analyse

<ul style="list-style-type: none"> • Was weiß ich darüber? • Was wünsche ich mir? 	<ul style="list-style-type: none"> • Was muss ich tun? • Welche Fertigkeiten brauche ich?
<ul style="list-style-type: none"> • Wie sind Beziehungen betroffen? • Wer teilt meine Werte? 	<ul style="list-style-type: none"> • Auf welche Regeln müssen wir uns einigen? • Welche organisatorischen Strukturen brauchen wir?

Vertical axis: Ich (top), Wir (bottom)
Horizontal axis: Es (left), Sie (right)

52



Quadranten
Übungen!

53

Austausch / Reflektion

Diskutiert in 2er / 3er Gruppen die Frage:

„welche Bedeutung könnte die Kenntnis / Anwendung der Quadranten für mich haben?“

Betrachtet dabei jeden Quadranten!
Unterstützt euch gegenseitig durch gezielte Quadranten-Fragen!

54

+

Übung: „Quadranten-Talk“

Mache Dir die Besonderheiten des Quadranten bewusst, in dem Du gerade sitzt.

Welches sind die Aspekte, die in der Sicht auf das Thema aus diesem Quadranten besonders hervortreten?

Diskutiere das Thema mit der Sicht ausschließlich aus diesem Quadranten!

55

+

Übung: Quadrivium Analyse

<p>Individuell innerlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was sind meine Intentionen? • Wie fähle ich mich dazu? • Was wünsche ich mir? 	<p>Individuell äußerlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was muss ich tun? • Wie viel Energie habe ich? • Welche Fertigkeiten brauche ich?
Ich	Es
Wir	Sie
<p>Kollektiv innerlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie sind meine Beziehungen betroffen? • Welche geteilten Werte sind im Spiel? • Welche Kulturthemen sind involviert? 	<p>Kollektiv äußerlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welches gemeinsame Verhalten wird benötigt? • Welche organisatorischen Strukturen sind involviert?

56

Stefan Schoch
Integraler Mentoring Coach™

Integrale Impulse

- Online-Seminare -

www.stefan-schoch.de

57
