



## Common Grounds / Gemeinsame Basis

### 1. Aktive Teilnahme

Ich sehe es als eine wichtige Aufgabe und auch als eine persönliche Bereicherung, um in der Gemeinschaft mitzudenken, mitzuhelfen und die Gemeinschaft zu unterstützen.

### 2. Wachstum

Ich sehe es als wichtigen Aspekt des Gemeinschaftslebens, mich mit Mut, Spontaneität und Humor auf Experimente einzulassen und dabei voneinander zu lernen und miteinander zu wachsen.

Ich bin bereit konstruktive Kritik von anderen anzunehmen und, wenn hilfreich, auch konstruktives Feed-back an anderen zu geben.

Ich erkenne, dass ich für meine persönliche Entwicklung selbst verantwortlich bin.

### 3. Integrität

Ich strebe ein hohes Mass an persönlicher Integrität und Authentizität an und versuche meine Gedanken, meine Worte und meine Taten in Übereinstimmung zu bringen.

### 4. Respekt

Ich versuche meine Grenzen und die des Anderen zu respektieren.

Ich versuche andere in ihrem Anderssein mit Respekt, Toleranz, Sorgfalt und Geduld zu begegnen und ich freue mich an ihrer Unterschiedlichkeit.

### 5. Ressourcen

Es ist mir wichtig in meinem Konsumverhalten (Energie, Wasser, Nahrung, Gebrauchsartikel) bewusst zu sein und bewusst zu handeln.

Ich verbinde mich mit dem Ort, an dem ich lebe, pflege ihn und trage Sorge für Mensch, Tier und Natur.

### 6. Kommunikation

Ich bin bestrebt aktiv zuzuhören und direkt zu kommunizieren.

Ich kann nur für mich selber und über meine Bedürfnisse reden.

Ich versuche mich klar, ehrlich, liebevoll und rücksichtsvoll mitzuteilen.

Ich werde weder öffentlich noch privat verletzend oder erniedrigend über andere Leute reden.

Ich bin mir bewusst, wenn ich über andere spreche, dass ich damit eine Realität verfestige, die gar nicht stimmen muss.

### 7. Innere Reflektion

Ich bin mir bewusst, dass alles was ich in meinem Umfeld wahrnehme – Kritik, Ärger oder Anerkennungen – eine Spiegelung sein kann von dem, was in mir lebt. Ich strebe an, zuerst in mir selbst zu schauen, bevor ich nach Aussen projiziere.

### 8. Verantwortung

Ich trage die Verantwortung für meine Handlungen.

### 9. Gewaltfreiheit

Ich werde mich mit meinem Verhalten und Bedürfnissen anderen nicht aufdrängen. Ich werde eingreifen, wenn ich sehe, dass jemand manipuliert, eingeschüchtert oder missbraucht wird.

### 10. Solidarität

Ich sehe mich als einen Teil des Ganzen und überlege, was ich für das Wachstum und das Wohlergehen der Gemeinschaft tun kann.

### 11. Zusammenarbeit

In der Zusammenarbeit ist mir Offenheit, transparente Kommunikation und Solidarität wichtig.

Ich werde meine Absichten und Aktivitäten, die andere Menschen betreffen, klar mitteilen.

Ich werde die Ansichten von anderen sorgfältig und respektvoll in Betracht ziehen.

Ich erkenne mit Respekt an, dass die Entscheidungen von anderen Menschen sorgfältig, integer, gründlich und liebevoll erarbeitet wurden.

### 12. Konfliktlösung

Wenn mich etwas stört, frage ich mich, ob ich daraus einen konstruktiven und lösungsorientierten Vorschlag entwickeln kann.

Ich setze mich dafür ein, persönliche oder sachliche Konflikte möglichst rasch und direkt anzugehen.

Wenn es mir nicht gelingt einen Konflikt zu lösen, suche ich die Unterstützung von Dritten (Mediation).

### 13. Verbindlichkeit

Ich verpflichte mich, die Aufgaben, die ich übernehme, auszuführen und es unterliegt meiner Verantwortung, sofort mitzuteilen, wenn mir dies nicht möglich ist. Ich werde dabei mithilfe Lösungen zu finden.