

„Gleich starten wir mit GFK-plus. Was bedeutet das für dich?“

- 1. Die Entscheidung zu GFK-plus.** Es geht uns nicht nur darum, angenehm miteinander Zeit zu verbringen. Zusammen können wir vieles erreichen. Mit GFK-plus können wir bei all unseren Unterschieden optimal konstruktiv bleiben.

Frage: Bist du einverstanden, dass wir versuchen, uns mit GFK-plus zu organisieren?
- 2. Finde deine Utopie.** Für GFK-plus brauchen wir ein Ziel, an dem du Anteil nehmen möchtest. GFK-plus dient dir dazu, gemeinsam mit anderen dein Ding zu machen. Dazu brauchst du eine bewusste individuelle Vision, die bei GFK-plus „Utopie“ genannt wird. Durch sie kommst du in deine Energie und Umsetzungskraft. Unsere Utopien führen wir mit GFK-plus zusammen, damit sich individuelle Utopien zu realistischen gemeinsamen Visionen verwandeln.

Frage: Was ist deine aktuelle Utopie im Rahmen unserer Gemeinsamkeit?
- 3. Steh zu dir.** Mit GFK-plus organisieren wir uns jenseits von richtig und falsch, indem wir uns als Menschen gegenseitig akzeptieren und du einfach sein kannst, wie du bist. Sei also du selbst, denn die anderen gibt es schon und außerdem kostet dich das nicht unnütz Kraft. Wenn jemand anderes Schwierigkeiten mit dir hat, dann höre genau hin was diese Person braucht. Es geht dabei nicht wirklich um dich, sondern um sie und ihre Themen. Vielleicht kannst du beitragen, dass ihr etwas leichter fällt. Wenn du mal nicht beitragen kannst oder willst, dann akzeptiere das einfach.

Frage: Bist du bereit, dich zu akzeptieren, wie du eben bist und dich mit deiner Einzigartigkeit einzubringen und mitzugestalten?
- 4. Entscheide dich für die Gemeinsamkeit.** Wir begegnen uns jenseits von sympathisch und unsympathisch, damit wir unsere unterschiedlichen Potenziale, Erfahrungen und Perspektiven offen und vertrauensvoll einbringen und vernetzen können. Wir werden mit GFK-plus ausloten, inwieweit wir bereits selbstorganisiert zusammenwirken können und werden uns insofern auch stetig verbessern.

Frage: Bist du bereit für ein konstruktives Miteinander jenseits von sympathisch und unsympathisch?
- 5. Entscheide dich für deinen Beitrag.** Du bist an eine Gruppe oder ein Team nur im Rahmen deiner Zugeständnisse und Verantwortungsübernahmen gebunden. Du bist frei, Zugeständnisse zu machen und Verantwortungen zu übernehmen bzw. dies achtsam und verantwortlich wieder abzugeben.

Frage: Bist du bereit, das engagiert zu machen, wofür du deine Zusage gegeben hast?
- 6. Entscheide dich für Eingebundenheit.** Eine organische Gruppe oder Team bildet zusammen ein System, das wie ein Metaorganismus funktioniert. Durch deine interaktive Sensitivität spürst du die anderen und auch das lebendige Ganze, das ihr sinnvoll zusammen bildet.

Frage: Bist du bereit, dich sowohl als Individuum als auch Teil eines sinnvollen Ganzen zu erleben?
- 7. Entscheide dich für Kommunikation.** Die Grenzen der Kommunikation sind immer die Grenzen der Gemeinsamkeit. Mach dich sichtbar. Achte auf deine inneren Impulse, deine Fragen und deine Antworten. Nur Du kannst innerhalb der Selbstorganisation wissen, wann es Zeit ist, nach vorne zu gehen und Einfluss zu nehmen und wann es Zeit ist, einen Schritt zurück zu machen, damit andere Einfluss nehmen können. Vertraue insofern deiner inneren Stimme, solange du sensitiv mit dem Ganzen verbunden bist.

Frage: Bist Du bereit, nach deiner Sensitivität nach vorne und auch wieder zurück zu gehen?
- 8. Entscheide dich für das achtsame Miteinander.** Jedem Menschen und jeder Gemeinsamkeit sind innere und äußere Grenzen gesetzt. Es macht Sinn, diese zu akzeptieren, weil sie bereits wirksam sind. Schaffe nicht noch zusätzliche Grenzen, sondern optimiere stattdessen die gemeinsame Ausrichtung, die Zuordnungen und das Verständnis im Miteinander. Verzichte auf Dominanz und setze auf deine natürliche Mächtigkeit. Noch wichtiger als GFK-plus ist, dass wir ausreichend Herzlichkeit und Fürsorglichkeit einbringen, um uns im Ringen um gute Ergebnisse nicht ständig zu verlieren.

Frage: Bist du bereit, mit uns achtsam in Richtung unserer Vision zu steuern?