

İsim:		(c) 2009 Jacob Gotwals, Jack Lehman, Jim Manske, Jori Manske.	Acemilik Beceriye dair deneyim ya da farkındalığın olmaması Bilinçsiz bilgisizlik	Uyanış Kişinin becerinin ve bu konudaki yetersizliğinin farkına varması Bilinçli bilgisizlik	Yetkinlik Farkındalığını beceriye odaklayarak ve çaba göstererek beceriyi kullanabilme Bilinçli bilgililik	Bütünleşme Beceriye doğallıkla, kolaylıkla, akış içinde kendiliğinden kullanma Bilinçsiz bilgililik
		Tanımlar:				
1	Mevcudiyet	Dikkatini anda olana verme. Düşüncelerde, duygusal tepkilerde vs. kaybolmama.	Bilinçsizce geçmişte ya da gelecekte kaybolma; düşünceler ve eylemlerle özdeşleşme.	Gerçekte olmakta olana dikkat etmek ile düşüncelerde kaybolmak arasındaki farkın ayırdına varma.	Duygu ve düşüncelere tanıklık edebilme, tepkiden ziyade yanıt verme; düşüncelerde kaybolduğunu fark ettiğinde dikkatini yeniden odaklayabilme.	Amaç ve seçimlerine dair derin bir farkındalıkla anda olana karşı uyanık ve rahat olma; birbirimize bağların ve kaynakların bolluğunun farkındalığını ve geçmiş ile geleceğe dair perspektifini koruyarak olana açık olma. Takım enerjisi ve grup dinamikleri hakkında uyanık ve rahat olma. “Odayı okuma”, hem bireyi hem de bütünü gözlemleyerek konuşma, dengeleyici davranış. Farkındalığı genişletme: Kendinle, çalıştığın kişiyle ve mevcut bütün grupla bağlantı. Sözel olmayan iletişimin farkındalığı.
2	Gözlem	Duyusal ve zihinsel deneyimlerimizi fark etme (olasılıkla betimleme) ve bu deneyimleri onlara atfettiğimiz yorumlardan ayırt etme.	Yorumu gözlemle karıştırma alışkanlığı, değerlendirme ve yorumların gerçekler olduğunu varsayma.	Geçmiş olayları gözden geçirirken yorumların gözlemlerden ayrı olduğunu farkına varma; şimdiki zamandaki etkileşimlerinde bu ayrıma dair çok az beceri ya da netliğe sahip olma.	Yorum ile gözlem arasındaki ayrımı giderek daha fazla hatırlama ve yapma.	Herhangi bir çaba sarf etmeksizin yorumlar ile gözlemleri ayırt edebilme.

3	Duygu Farkındalığı	Fiziksel hisleri ve duyguları tespit edebilme ve deneyimleme becerisi.	Duygulara dair farkındalığın olmaması ya da çok az olması; duygularla özdeşleşme ve/ya onlara direnme.	Duyguları ve kıymetlerini fark etmeye başlama.	Duygusal deneyimi çaba göstererek tanıyabilme, kabul edebilme ve yaşanmasına izin verebilme.	Duygusal deneyimi çaba göstermeksizin tanıyabilme, kabul edebilme ve yaşanmasına izin verebilme. Empatik iyileşme alanı yaratabilme becerisi. Duygusal deneyimlerimize izin verme: Öz anlayış, öz şefkat ve samimi refakati gerçekleştirebilmemizi engelliyor olabilecek donmuş/kendini kapatmış alanlarımızın, blokajların, eski yaraların farkına varma.
4	Kendini kabul (öz kabul):	Kişinin kendisini koşulsuz şefkatle kabul etmesi.	Utanç, kendini suçlama, özeleştirme ya da savunmacı tutum ile karakterize olan kendini yargılama kalıpları kullanma ya da böbürlenme alışkanlığı.	Kendini yargıladığının ve bunun esenliğine olumsuz etkisinin farkına varma; kendini kabul etmeye duyulan özlem.	Kişinin hissettiklerine, düşündüklerine, ihtiyaçlarına ve eylemlerine dair giderek daha fazla kabul göstermesi ve hayatı zenginleştiren cevaplar vermesi.	Kişinin kendisine karşı net ve şefkatli olması. Öğrenir ve esnerken aynı zamanda ilişkileri sürdürebilmenin temeli olarak öz kabul. Kişisel bütünlüğe ve ötekine sevgi dolu bir ayna tutabilme becerimizi artırmaya giden bir yol olarak öz kabul. Öz kabulü temsil etme farkındalığı. Kendi büyüme eşiklerine dair sıcak ve öz şefkatle dolu bir şeffaflık.
5	Kişinin duygularına sahip çıkması:	Duygularına sebep olan tek kişinin kendisi olduğu, duygularının nedeninin diğerleri olmadığı bilgisiyle yaşama.	Duyguları ortaya çıktığında kendine, diğerlerine ya da dış koşullara pay çıkarma suçlama veya bunları suçlama.	Kendini zaman zaman suçlarken, eleştirirken ve duygularına nasıl sahip çıkacağı konusunda net değilken gözlemleyebilme.	Tetiklendiğini fark etme becerisine sahip olma ve bunu kendisiyle bağlantı kurmak için bir işaret olarak kullanma.	Duygusal deneyimimizin ihtiyaçlarımızın durumundan ve düşüncelerimizin niteliğinden doğduğu anlayışıyla yaşama.
6	İhtiyaç Bilinci:	İhtiyaçlara, yani hayatın (gıda, sevgi ve anlam gibi) evrensel temel niteliklerine dair farkındalık (ve onları	Evrensel ihtiyaçların farkında olmama; stratejilere ihtiyaç muamelesi yapma ve sonucunda bağımlılık ve direnç gösterme.	Evrensel ihtiyaçlara dair zihinsel bir anlayış; ihtiyaçlarla stratejilerin karıştırılması, bir ihtiyacın belirli bir	İhtiyaç ve stratejiler arasındaki farkı görme; duygu ve ihtiyaçları ifade edecek kelime dağarcığına sahip olma; duyguları altlarında	Yaptığımız her şeyin, etkili olsun olmasın, bir hayatta kalma ve büyüme girişimi olduğu farkındalığıyla yaşama.

		onurlandırma istekliliği).		stratejisi olduğunu düşünme.	yatan ihtiyaçlara bağlama (bazen, özellikle de tetiklenme durumlarında, bu çaba gerektirir).	
7	Kendiyle yeniden bağlantı kurmak ve tepkisellikten kurtulmak:	Tepkisellik olana karşı içsel bir dirençtir. Tepkisellikten kurtulmak, iyileşmek bu direnci bırakmaktır. Kendiyle yeniden bağlantı kurmak ise, kişinin kendi deneyimiyle mevcudiyet ve şefkat içinde durabilmesidir.	Alışkanlık haline gelmiş tepkisel kalıpların çoğunun farkında olmama.	Alışkanlık haline gelmiş kalıpları bazen fark etme ve empati veya dürüstlüğün seçenekler dâhilinde olduğunu hatırlama.	Tetiklendiğinde genelde bir seçim şansı olduğunu anımsama; ilk yanıt olarak sıklıkla empati veya dürüstlük.	İçsel sıkışıklığı fark etme ve doğallıkla açılma.
8	Rica bilinci ve ricada bulunmak:	Kişinin istediği şeyi her türlü yanıtı açık olarak, herhangi belli bir sonuca tutunmadan rica etme istekliliği.	Ya istediğini talep etme ya da istediğini rica etmeye isteksiz olma/bu beceriye sahip olmama.	Bir sonuca tutunmanın, talepte bulunmanın veya istenilen şeyi rica edememenin ihtiyaçları karşılama ihtimali düşük yollar olduğunun farkına varma.	Genelde net ricalarda bulunmaya istekli ve bu beceriye sahip olma; belirli bir stratejiye tutunduğunu fark ettiğinde sıkışıklıktan açıklığa ve yaratıcılığa geçmeye çaba gösterme.	İstediği şeyi rica etmeye istekli olma; yanıt “hayır” olduğunda bile mevcudiyeti, yaratıcılığı ve şefkati koruma.
9	Yas:	Kayıp ıstırabının dönüştürülmesi; olmakta olana direncin bırakılması ve deneyimin ortaya çıkmasına izin vermeye isteklilik.	Kayıplar için kendisini, diğerlerini ya da dış koşulları suçlama; kayıp hislerine direnme; “güçlü” olmaya ya da hislerini diğerlerinden gizlemeye çalışma.	Kayıp deneyimlediğinde kendi direnç ya da suçlama eğilimini fark etme.	Kayıpla ilintili kaçınma ya da suçlama eğilimini fark etme; bir şeylerin yanlış olduğu inancını bırakma ve kendine hislerini deneyimleme izni vererek ihtiyaçlarla bağlantı kurmaya doğru açılma.	Kaybın mevcudiyetinde yaşamın bütünlüğüyle ilişkide kalma.

10	Empati:	Diğerinin deneyimiyle, o kişiye dair koşulsuz bir kabulle mevcut olabilir.	Diğerine cevap verirken sempatik olma, tavsiye verme, eleştirme, odağı kendisine çevirme vs. gibi davranma alışkanlığı.	Kolaylıkla hikâye içinde kaybolma. Bazen gözlem, duygu, ihtiyaç ve ricaları (duygu ve ihtiyaç listesinden yardım alarak) tahmin edebilme. Diğerlerine alan tanıma, mevcudiyet sunma ve odaklanma niyetlerinin yeşermeye başlaması.	Diğerleriyle onu yönlendirmeye çalışmadan kalabilme; onun deneyimini onaylamadan, fikir veya değerlendirme eklemeden aynalama becerisine sahip olma.	Diğerinin deneyimi karşısında, o kişiye karşı koşulsuz kabulle, kendiliğinden odaklanmış ve istekli olma.
11	Düşman İmgelerini Dönüştürme	Kişinin bir başkasının cezalandırılmayı veya zarar görmeyi hak ettiği yönündeki algılarını aşması.	“Biz onlara karşı” düşüncesi; ‘onlar’ cezalandırılmayı veya zarar görmeyi hak ediyor.	Düşman imajlarına sahip olmanın maliyetinin ve cezalandırmaya alternatifler keşfetmenin olası değerinin farkına varmak.	Kişi bir kişiyi ya da grubu düşman olarak gördüğünü fark ettiğinde, ilgili herkesin insanlığıyla yeniden bağlantı kurabilir ve düşman imgesini çözebilir.	Herkese şefkatle, herkesin iyiliğine saygı duyarak yaklaşmak.
12	Muhakeme:	Yaşama hizmet eden ayrımlar ve seçimler yaparken netlik, iç görü ve bilgelik sahibi olma; kişinin seçim şansı olduğunun farkına varma.	Fikrin ve seçimlerin doğru – yanlış yargıları üzerine kurulu olması; kişinin yargılarının gerçekler olduğuna inanması.	Ayrım ve seçimleri, iyi/kötü, doğru/yanlış yargılarından ziyade evrensel ihtiyaçlara hizmet edecek başka şekilde yapma yollarını fark etme.	Geniş bir bakış açısıyla ayrım yapabilmeye; yüzeyin altında duran daha derindeki anlam ve niyetleri anlamaya dair artan beceri.	Yaşama hizmet eden ayrım ve seçimler yapmak için içgüdüsel olarak kendi netliğiyle, iç görüşüyle ve bilgeliğiyle bağlantı kurma. Her bağlamda gücünün farkında olma. Hizmet lideri olarak assessör. Özellikle yeni üyelerin kaydını değerlendirirken anlık ihtiyaçları karşılamanın ötesinde seçimler yapmanın (gelecek nesillerde dâhil olmak üzere herkesin ihtiyacına eşit özeni göstererek) bilgeliği ile ihtiyaç bilincine dayalı muhakeme (Şİ’nin uzun vadedeki bütünselliği kadar adayın kısa vadedeki ihtiyaçlarına da).

13	Birbirimizle bağlar içinde yaşamak:	Her bireyin geri kalan tüm bireylerle bağlı olduğu; sistemin her bir parçasının diğer tüm parçaları etkilediği bilgisiyle yaşama.	Alternatiflerin farkında olmadan özgürlük/bağımlılık, ya bu/ya öbürü, hükmetme/boyun eğme ikilikleri perspektifinde kalma.	Tüm ihtiyaçların önemli olduğu fikrinin farkında olma (ve bu fikre ilgi duyma); düşüncede ya bu/ya öbürü kalıplarının ve boyun eğme/isyan etme isteğinin farkına varma.	Genellikle kendisinin olduğu kadar diğerlerinin ihtiyaçlarını da gözetme.	Diğerlerinin bakış açılarına ve ihtiyaçlarına sürekli olarak açık olma; diğerlerinin ihtiyaçlarını kendi ihtiyaçlarıyla bütünleşmiş şekilde deneyimleme. Süreci birbirinden öğrenme ve beraber büyüme imkânı olarak görme: İlişkilerin temelinde karşılıklık ve alçak gönüllülük vardır. Birbirimize bağlar ve topluluk sürece hizmet eder: Assessörler topluluğundan destek alır.
14	Dürüstlikle kendini ifade:	Kendi deneyimini sahiplenme ve suçlama veya eleştiri olmaksızın hakiki bir biçimde ifade etme istekliliği.	Üzüldüğünde bunu şikâyet, suçlama veya eleştiri şeklinde ifade etme alışkanlığı; fikir ve inançlarını mutlak doğrular olarak paylaşma.	Bazı düşünce ve ifade biçimlerinin nasıl bağlantısızlığa yol açmaya meyilli olduğuna dair giderek artan bir farkındalığın gelişmesi; farklı seçenekleri araştırmaya başlama.	Stresli olduğunda bile bağlantı kurma niyetiyle hakiki bir biçimde kendini ifade etme becerisine sahip olma.	Herkesin ihtiyaçlarına kıymet vererek kendini kırılganlıkla ifade etme ve sonuçlarına açık olma. Hayır deme becerisinin bu yolculukta birine dürüstlikle eşlik etmekle doğrudan bağlantılı olduğunu anlama. Dürüst olma konusunda zorlandığı zamanları bilme ve bu konuda destek arama.
15	Bağlantıyı kolaylaştırmak:	Karşılıklı konuşmalarda bağlantı kurma niyetiyle empati ve dürüstlüğü kolaylaştırma.	“Birisıyla” değil “birisine” konuşma; tartışma, ikna etme veya kendi ihtiyaçlarını dile getirmeme.	Yaşama yabancılaştıran iletişim kalıplarını fark etme ve bağlantıyı desteklemek için daha fazla seçeneğe sahip olma girişimlerinde bulunma.	Bağlantı kurmaya dair bilinçli bir niyet; dürüstlüğü diğerlerini kendilerini ifade etmeye davet ederek dengeleme.	Hakikilik ve empatiyle iletişim kurma; insanların bağlantı kurmasına yardımcı olma.
16	Sabır:	Stresli hissettiğinde ferahlık içinde mevcudiyetini koruyabilmek. Onları dışarı vurmadan kendi tepkileriyle kalabilme becerisi.	Genelde istediğini elde etme niyetiyle veya itaatkârlıkla ilişkilene.	Kendi dürtüleri yüzünden dikkatinin dağılması ya da sabırsızlık hali; söz kesme; tepkisellekle hareket etme eğilimi.	Kabul yelpazesini genişleterek ve tepkiselliğe yanıt vermeden kendisiyle bağlantı kurmak için durma becerisini geliştirmek için çalışma.	Sıkışma veya aciliyet durumlarında doğallıkla kendiyile bağlantı kurma ve açıklığını koruma; beklemeye istekli olma.

17	Diğerlerinin tepkiselliğine yanıt vermek:	Yoğun ayrıştırıcı duygulara kapılmış kişilere tepki vermekten ziyade yanıt verme.	Diğerleri tetiklendiğinde savunmacı, boyun eğen ya da iletişimden kaçan şekillerde tepki verme alışkanlığı.	Kendi alışkanlık haline gelmiş tepkilerinin ve bunların bağlantı üzerindeki etkilerinin giderek daha fazla farkına varma.	Diğerlerinin tepkiselliği karşısında giderek artan bir kendiyile bağlantı ve dürüstlük ya da empatiyi seçebilme becerisi; diğerlerinin bakış açılarına karşı meraklı bir açılma.	Diğerlerinin tepkiselliğine merkezinde kalarak yanıt verme; diğeri tetiklendiğinde onu kabul etme; mevcut olma becerisi.
18	Geri bildirim açıklık:	Eylemleri hakkında diğerlerinin bakış açılarını sükûnetle ve merkezinde kalarak karşılama.	Geribildirim, kendisiyle ya da diğeriyle ilgili bir sorun olarak algılama. Geribildirim eleştiri ya da övgü olarak yorumlama.	Geribildirim almakla ilgili kendi tepkiselliğini dönüştürme arzusu.	Diğerinden gelen geribildirim o kişinin bakış açısı olduğunu anlama ve geribildirim, o kişinin ihtiyacına bağlama; geribildirim olan kendi tepkisini de kendi ihtiyaçlarına bağlama.	Seçme şansı konusundaki netliğini korumakla birlikte, geribildirim değerlendirilecek bir bilgi olarak alma. Diğerlerinin kendi bakış açılarından konuştuklarının farkındalığı. Karşılıklık: Bir empati süreci olarak geribildirim alma ve verme akışı. Geri bildirim bir armağan olarak sunma ve alma. Geribildirim, sunulduğu anda ya da destek ile işleyerek kendine katabilme.
19	Yararlı pişmanlık:	Kişinin, suçluluk, utanç ya da kendini cezalandırma olmaksızın ihtiyaçlarını karşılama fırsatlarını kaçırdığını kabul edip bundan ders çıkarabilmesi.	Utanç ya da suçlulukla diğerlerinin duygularının sorumluluğunu alma ya da kendini savunma; kendini diğerinin duygularını dindirerek korumak için özür dileme.	Diğerlerinin duygularının onların ihtiyaçlarından doğduğuna dair yeni bir farkındalık ve onlardan mevzunun “üstesinden gelmelerini” isteyebilme. Kendini suçlama alışkanlığına dair yüksek bir farkındalık.	Suçluluğu öğrenmeye dönüştürmek konusunda giderek artan bir beceri. Diğerleriyle, olaylar onların istediği gibi gitmediğinde bağlantı kurmaya (empati ya da dürüstlikle) çabalama istekliliği.	İhtiyaçları karşılamayan sonuçlarda kendi payını açıklıkla sahiplenmeye dair sürekli bir isteklilik; pişmanlığı hissetmeye ve ifade etmeye dair bir isteklilik; öğrenme ve büyüme arayışı.
20	İlişki kurmada esneklik:	Diğerleriyle etkileşimde açıklık ve çok yönlülük.	Doğru/yanlış, kazan/kaybet, “meli-malı” vs. perspektifiyle ilişki kurma alışkanlığı.	Yaşama yabancılaştıran iletişim kalıpları ve Şİ arasındaki ayrıma dair giderek artan bir farkındalık. Tepkisel iletişim kalıpları devam eder. Şİ dürüstlük ve	Nasıl dile getirildiğine bakmaksızın gözlem, duygu, ihtiyaç ve ricaları duymaya istekli ve genelde kabil olma. Bağlantı kurmaya daha fazla olanak veren	Hakikilik ve empati içinde doğallıkla ilişki kurma. İfadeler dâhil olan kişilerin ihtiyaç ve tarzlarına göre uyumlanır ve “Şİ diline” benzemeyebilir.

				empatisine dair mekanik, içselleştirilmemiş ifadeler; Şİ'nin GDİR'dan ibaret olduğunu düşünme.	biçimlerde konuşmaya, "sokak zürafacası" denemeleri yapmaya başlama.	
21	Çatışmayı dönüştürmek:	Diğerleriyle yaşanan çatışmayı bağlantı kurma ve karşılıklı bir sonuç elde etmek için kullanma.	Çatışmadan korkma ya da çatışmaya bağımlı olma; farkında olmadan fikirlere ve stratejilere tutunma; taraf tutma.	Çatışma karşısında ortaya çıkan tepkisel kalıplarının farkına varma; nelere tutunduğunu (çözümlere, çatışmanın kendisine, güvenliğe vs.) fark etmeye başlama.	Tüm tarafların kaynak zenginliğini ve yaratıcılığını desteklemeye, birinin çatışma alışkanlık haline gelmiş tepkileri ile karşılaştığında bile herkesin ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmaya istekli olma.	Farklı bakış açılarına, farkındalığını artırma ve etkili eylemde bulunma fırsatı olarak bakmaya dair bir açıklık, merak ve yaratıcılığa sahip olma. Kendi gücünü eline alma ve adayları da kendi güçlerini eline alma konusunda destekleme becerisi. Kurban psikolojisi ile öz sorumluluğun farkını anlama becerisi, örneğin çatışma veya bağlantısızlık durumlarında kendi payını kabul etme.
22	Şükran:	Olanın değerini bilebilme, keyfini sürme ve olanı takdir etme.	Eksik olana odaklanma ve şikâyet etme; övgü ve ödül aracılığıyla onay arama.	Övgü/ödül ve dışsal onay stratejilerinin bağlantıyı desteklemediğini fark etme; karşılanan ihtiyaçları takdir etmenin değerini fark etmeye başlama.	Olmakta olandaki armağan(lar)la bağlantı kurmaya, bunların tadını çıkarmaya ve bunları ifade etmeye istekli ve kabil olma.	Her şeyin keyif veya büyüme için bir uyarıcı olabileceği idraki ile yaşama ve buna duyulan şükran.
23	Açık kalple alma ve verme:	Kıtlık düşüncesini yaratıcılıkla büyüüp serpilmeye dönüştürme; keyifle katkıda bulunma ve alma.	Kaynakların istiflenmesi veya diğerlerini kontrol etmek için kullanılması; kayıp ya da yeterince sahip olamama korkusu mevcuttur; para ve eşyalar emniyetle eş tutulur.	Yeteri kadar sahip olmamakla ilgili korkuların ve katkıda bulunmanın değerinin farkına varma.	İstifleme arzusu ya da almakta zorluk gibi alışkanlık haline gelmiş programlanmalara dair giderek artan bir farkındalık; katkıda bulunma ve alma akışına dair daha artan keyif.	Yaratıcılık ve bolluk içinde alıp vermenin keyfi ve rahatlığı; vermek almak haline gelir. Sonuçlara açık olmak, sürece yapılan katkıya dair alçakgönüllülük. Şİ'nin bütünlüğünün senden ve benden büyük olduğuna dair farkındalık.
24	Canlılığı beslemek:	Dengeli şekilde kendine özen	Enerjinin düşmesiyle sonuçlanan, farkında	Kendi enerji seviyesinin ve bunu nelerin	İhtiyaçlarla birer kaynak olarak bağlantı kurar;	Bedenine, zihnine, ruhuna ve topluluğa katkıda

		göstermek için kendinle bağlantıda olma, yaşama hizmet edecek enerjiyi besleme.	olunmayan alışkanlık haline gelmiş kalıplar veya durmak bilmeyen zihinsel faaliyet.	etkilediğinin farkına varma.	kaynakları artırmanın ve katkıda bulunmanın yollarını aramaya isteklidir.	bulunmayla yükselen enerji. Tükenmesini engellemek durumunda olduğu fiziksel, zihinsel ve ruhsal kaynakların farkında olma ve kendine özen göstermek için gerekirse takımdan destek isteme.
25	Gücü paylaşmak:	Hükmetmeyi dönüştürme; herkesin ihtiyaçlarına karşılıklılık prensibi ve saygı çerçevesinde değer verme; boyun eğme ve başkaldırma seçeneklerinin ötesine geçme.	Hükmetme ve boyun eğme üzerine kurulu ilişkiler; güce dair korku, arzu ya da gücü elinde biriktirme eğilimi.	Hükmetme ve boyun eğme hallerinin ve karşılıklılık prensibi çerçevesinde ilişki kurma ihtimallerinin farkına varma.	Kendi boyun eğme halinin ya da hükmetme girişimlerinin farkına varma. Kendisine ve diğerine karşı karşılıklılık ve empatiyle davranmaya çabalama.	Herkesin ihtiyaçlarına değer vererek, her kişinin özerkliğini onurlandırarak hareket etme; hükmetme, boyun eğme ve başkaldırma seçeneklerinin ötesine geçme. Assessör & Aday Aday & Aday (takım içerisinde) arasında karşılıklılığı inşa etmek Değerlendirme sürecinde gücü paylaşmak gücün ve bağlantının koptuğu alanların farkına varmak anlamına gelir. Toplulukta sürmekte olan 360° geribildirim sürecine katılır. Ortaklık yaklaşımı içerisinde değerlendirme yapma imkânlarını araştırmaya sürekli açık olmak. Assessörler takımının büyüme eşiklerine dâhil olma becerisi. Assessörlerin yolun farklı bir noktasında olduklarının farkına varma (kişisel deneyim ve iç görüyü onurlandırma)
26	Bütünsel sistemleri desteklemek:	Küresel esenliği zenginleştiren bütünsel sistemlerin yaratılması ve gelişmesine bilinçli	Yapılara başkaldırma ya da boyun eğme; örgütsel yapıları kendi gücünü göstermek için kullanma ya da örgütsel	İlgili kişilerin ihtiyaçlarına değer veren sistemlere doğru bir değişim yaratma konusunda, kısıtlı bir	Evrensel olarak değer gören ihtiyaçlar etrafında örgütlenebilecek sistemlere dair	Geribildirime açık kalarak, küresel esenliğe katkıda bulunma niyetiyle, var olan sistemleri iyileştirmeye ve yenilerini yaratmaya girer.

		şekilde katkıda bulunma.	kurallar karşısında güçsüz hissetme.	vizyon, bunalmış ve umutsuz hissetme.	potansiyelin farkında olma; artan bir yaratıcılıkla küresel esenliğe katkıda bulunmaya istek.	
27	Rollerin ötesine geçmek:	Oynadığımız roller olmadığımızın farkında olma; hangi rolleri üstlendiğimiz ve diğerlerinin üstlendikleri rollere nasıl cevap verdiğimiz konusunda seçim gücüne sahip olma.	Farkında olmadan kendinin ve diğerlerinin rollerine duyulan tepkilere saplanıp kalma.	İhtiyaçlara yanıt vermek yerine rollere tepki verdiğimizde yaşanabilecek ıstırapın farkına varma.	Kendisinin veya diğerlerinin oynadığı rollere ilişkin tepkiden ziyade kendiyle bağlantı, empati ve dürüstlikle yanıt verebilme.	Rolleri zarafetle ve kolayca üstlenir, yanıt verir ve/veya rollerden kaçınır; Rollerimizin ötesinde karşılıklı bağımlılığımızın farkındadır.
28	Yanıt verebilirlik yeteneğinin farkındalığı Awareness of response-ability	Kişinin hayatta ortaya çıkan olaylara vereceği tepkileri özgürce seçmesi, olup bitenlerde kendi payına sahip olması. Başkalarının rollerine sahip çıkmamak ve kendi eylemlerinin başkalarını etkilediğini kabul etmek.	Mağdur bilinci: Kimin payının olduğu konusunda netlik yok; kişinin deneyiminin ve eylemlerinin başkalarından veya dış koşullardan kaynaklanabileceğini algılar (örneğin: ben seninkine neden oldum, sen benimkine neden oldun veya o seninkine neden oldun veya benimkine neden oldu)	Mağdur bilincinin ve bunun maliyetlerinin farkına varmak; gücümüzün farkındalığında rahatlama ve özgürlük, ama yine de kendimizi alışılmış suçluluk ve suçlama kalıpları içinde sıkışmış halde bulmak; Başkalarını takılıp kalmış ya da suçluyor olarak teşhis eder ve onları kendilerini korumaları konusunda eğitmeye çalışır.	Başkalarının tepkilerini ve tepkilerini sahiplenmeye çalışmadan, suçlamanın, haklı çıkarmanın veya küçümsemenin farkına vardığında, kişinin deneyimine ve seçimlerine sahip çıkabilme.	Tutarlı bir şekilde soğukkanlılıkla yanıt verebilme. Kişinin kendi hayatının yazarlığına dayalı ve merkezli. Başkalarının hayatlarının yazarlığı konusunda net olun.
29	<i>Çalışma sürmekte olduğundan, şu an için lütfen çoğaltıp başkaları ile paylaşmayın.</i>	<i>Bu dokümanla ilgili her türlü yorum ya da ricanız için veya bu çalışmayı desteklemek için finansal katkı sunmak isterseniz herhangi birimizle NMNetwork.org aracılığı ile iletişime geçebilirsiniz.</i>	<i>Bu çalışma Marshall Rosenberg (PhD.) 'in çalışmaları, Noel Burch of Gordon Eğitim Enstitüsü ve dünyadaki yüzlerde Şiddetsiz İletişim eğitmeninin katkılarından ilham almıştır. River</i>			

			<i>Dunav'ın, Christa Morf ve Hawkey Lannis'e bazı önemli tohumları attıkları için özel teşekkürler.</i>			
--	--	--	---	--	--	--