



SoCrATest



SLOVNÍK POJMOV



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Vyhlasenie o autorských právach



Táto práca je licencovaná medzinárodnou zmluvou Creative Commons Attribution-NonCommercial ShareAlike 4.0 International License. Ste oprávnení:

Máte možnosť:

- zdieľať — kopírovať a distribuovať materiál na akomkoľvek médiu alebo formáte
- prispôbiť — remixovať, transformovať a použiť materiál ako podklad ďalšej práce

za nasledujúcich podmienok:

- Uvedenie autora — musíte poskytnúť správnu citáciu, odkaz na licenciu a uviesť, či došlo k zmenám. Môžete tak urobiť akýmkoľvek primeraným spôsobom, ale aby z toho nevyplývalo,
- že poskytovateľ licencie súhlasí s vami alebo s vaším použitím.
- Nekomerčne — Tento materiál nesmiete používať na komerčné účely.
- Zdieľať rovnako — Ak remixujete, transformujete alebo používate materiál ako podklad ďalšej práce, musíte svoje príspevky distribuovať pod rovnakou licenciou ako originál

Úvodné slovo

Slovník SoCrATestu je dokument, ktorý obsahuje zoznam a definíciu kľúčových pojmov a skratiek používaných v projekte SoCrATest. Slúži ako referencia pre konečných príjemcov a zainteresované strany na zabezpečenie spoločného porozumenia terminológie používanej v celom obsahu projektu SoCrATest na testovanie a zhodnotenie mäkkých zručností a kreativity. Projektový slovník obsahuje definície pojmov a akúkoľvek špecifickú alebo špecializovanú slovnú zásobu, ktorá bola použitá pri klastroch a opise zručností.

V našom slovníku sme pojmy rozdelili čo najprehľadnejšie v abecednom poradí, aby boli pre čitateľa a používateľa čo **najpriateľskejšie** radené. Pomáha to používateľom, ktorí nemusia mať špecializované znalosti alebo nerozumejú danej problematike, rýchlo a ľahko pochopiť dôležité pojmy. Jeho účelom je zlepšiť komunikáciu a porozumenie medzi tými, ktorí majú rôzne úrovne odborných znalostí a vedomostí. Poskytovaním jasných a stručných definícií slovník pomáha predchádzať zmätkom a nedorozumeniam a tiež uľahčuje účinnejšiu a efektívnejšiu komunikáciu. Môže byť užitočný aj vo vzdelávacom prostredí, aby pomohol používateľom pochopiť nové pojmy a terminológiu.

Pojmy v slovníku

A

Pojem	Popis
Adaptabilita (Adaptability)	Schopnosť primerane reagovať na zmenené alebo meniace sa situácie; schopnosť upraviť alebo prispôbiť svoje správanie rôznym okolnostiam alebo rôznym ľuďom.
Aktívne počúvanie (Active listening)	Aktívne počúvanie neznamena len počúvať, ale aj chápať, interpretovať a hodnotiť to, čo počujeme.
Analytické zručnosti (Analytical skills)	Analytické zručnosti sú vlastnosti a schopnosti, ktoré vám umožňujú pozorovať, skúmať a interpretovať tému s cieľom rozvíjať komplexné myšlienky a riešenia.
Analytické myslenie (Analytical thinking)	Analytické myslenie je pojem, ktorý sa používa na opis procesu myslenia, pri ktorom sa abstraktne rozdeľuje celok na jeho jednotlivé časti s cieľom skúmať tieto časti a ich vzťahy. Je to vlastnosť, ktorá je u uchádzačov o zamestnanie najžiadanejšia, pretože im pomáha identifikovať a definovať problémy, získavať kľúčové informácie z údajov a vypracovať realizovateľné riešenia problémov s cieľom otestovať a overiť príčinu problému a následne vypracovať riešenia na ich vyriešenie.
Argumentácia (Reasoning)	Argumentácia je proces myslenia, počas ktorého si jedinec uvedomuje problém, identifikuje ho, hodnotí a rozhoduje o jeho riešení.
Asertivita (Assertiveness)	Adaptívny štýl komunikácie, pri ktorom jednotlivci priamo vyjadrujú svoje pocity a potreby, pričom rešpektujú ostatných. Nedostatok asertivity môže prispievať k depresii a úzkosti, zatiaľ čo neadaptívne prístupy k asertivite sa môžu prejavovať ako agresia.
Autenticita (Authenticity)	Vlastnosť byť skutočný alebo pravdivý. Každodenná prax zbavovania sa toho, kým si myslíme, že by sme mali byť, a prijímania toho, kým sme. Bežná definícia hovorí, že byť autentický znamená žiť svoj život v súlade s vlastnými hodnotami a cieľmi.
Autorita (Authority)	Schopnosť ovplyvňovať ostatných. Moc vydávať príkazy alebo prijímať rozhodnutia. Právo riadiť alebo kontrolovať niekoho alebo niečo.

B

Pojem	Popis
Bezmocnosť (Helplessness)	Bezmocnosť je presvedčenie, že nikto nemôže urobiť nič, aby zlepšil zlú situáciu (napríklad diagnostikovanie choroby). V mnohých ohľadoch je teda bezmocnosť presvedčením, že kontrola nad situáciou alebo jej výsledkami je nemožná. Tak ako všetky presvedčenia, aj bezmocnosť je naučená.
Brainstorming	je metóda skupinového riešenia problémov, ktorá zahŕňa spontánne prispievanie tvorivými nápadmi a riešeniami. Táto technika si vyžaduje intenzívnu, voľnú diskusiu, v ktorej je každý člen skupiny povzbudzovaný, aby premýšľal nahlas a navrhoval čo najviac nápadov na základe svojich rôznych znalostí.

c, č

Pojem	Popis
Čestnosť (Honesty)	Vo všeobecnosti pravdivosť, čestnosť a bezúhonnosť. Poctivosť, hovorenie pravdy a čestné konanie je viac ako len neklamať, nezavádzať, nekradnúť a nepodvádzať. Zahŕňa prejavovanie úcty voči druhým a integritu a sebauvedomenie.

D

Pojem	Popis
Dedukcia (Deduction)	Proces usudzovania, pri ktorom sa postupuje od všeobecného ku konkrétnemu a pri ktorom záver nevyhnutne vyplýva zo súboru predpokladov tak, že záver nemôže byť nepravdivý, ak sú predpoklady pravdivé. Ide o samotný proces odvodzovania.
Delegovanie (Delegation)	Delegovanie je predanie autority a zodpovednosti vykonať určité konkrétne aktivity inej osobe. Je to proces prerozdelenia a odovzdania práce inému človeku.
Divergentné myslenie (Divergent thinking)	Je myšlienkový proces alebo metóda, ktorá vedie rôznymi smermi. Niektoré z nich sú konvenčné a niektoré originálne. Zvyčajne prebieha spontánne, voľne plynúcim, "nelineárnym" spôsobom. Keďže niektoré z výsledných myšlienok sú originálne, divergentné myslenie predstavuje potenciál pre

	tvorivé myslenie a riešenie problémov.
Dôvera (Trust)	Spoliehanie sa na niekoho alebo niečo alebo dôvera v jeho spoľahlivosť. V medziľudských vzťahoch sa dôvera vzťahuje na istotu, ktorú má osoba alebo skupina ľudí v spoľahlivosť inej osoby alebo skupiny; konkrétne je to miera, do akej každá strana cíti, že sa môže spoľahnúť na druhú stranu, že urobí to, čo hovorí, že urobí. Kľúčovým faktorom nie je vnútorná česťnosť druhých ľudí, ale ich predvídateľnosť. Väčšina psychológov považuje dôveru za základnú zložku zrelých vzťahov s inými ľuďmi, či už intímnych, sociálnych alebo terapeutických.
Dôveryhodnosť (Trustworthiness)	Je schopnosť byť čestný, spoľahlivý a dôveryhodný. Priamo súvisí s etikou v dvoch špecifických dimenziách: bezúhonnosť a zhovievavosť. V profesionálnom prostredí je to istota, že niekto veci urobí. Je dôležitou zložkou efektívneho a účinného pracovného prostredia.
Duševná rovnováha (Mental Balance)	Psychický stav osoby, ktorá funguje na uspokojivej úrovni emocionálneho a behaviorálneho prispôsobenia.

E

Pojem	Popis
Efektívnosť (Effectiveness)	je schopnosť produkovať požadovaný výsledok alebo schopnosť produkovať požadovaný výstup. Je to schopnosť robiť veci dobre, úspešne a bez plytvania.
Emócie (Emotions)	Emócie sú duševné stavy vyvolané neurofyzologickými zmenami, ktoré sú rôzne spojené s myšlienkami, pocitmi, reakciami správania a určitým stupňom potešenia alebo nespokojnosti (radosť, smútok, hnev, strach, odpor,...). Emócie zvyčajne zahŕňajú pocity, ale od pocitov sa líšia tým, že majú zjavnú alebo implicitnú angažovanosť vo vzťahu k svetu.
Emocionálna inteligencia (Emotional intelligence)	Emocionálna inteligencia (EI) je schopnosť vnímať, interpretovať, prejavovať, ovládať a používať naše pocity na efektívnu a konštruktívnu komunikáciu s inými ľuďmi. Táto schopnosť vyjadrovať a ovládať emócie je nevyhnutná, ale rovnako dôležitá je aj

	schopnosť chápať, interpretovať a reagovať na emócie iných.
Emocionálne uvažovanie (Emotional reasoning)	Emocionálne uvažovanie je kognitívny proces, pri ktorom jednotlivец usudzuje, že jeho emocionálna reakcia dokazuje, že niečo je pravda, napriek opačným empirickým dôkazom. Emocionálne uvažovanie vytvára "emocionálnu pravdu", ktorá môže byť v priamom rozpore s inverznou "vnímanou pravdou".
Empatia (Empathy)	Chápanie osoby z pohľadu jej referenčného rámca, a nie z vlastného, alebo sprostredkované prežívanie pocitov, vnemov a myšlienok tejto osoby. Empatia sama osebe neznamena motiváciu byť nápomocný, hoci sa môže zmeniť na súcit alebo osobnú nepohodu, ktorá môže vyústiť sympatie a následne do konania. Empatia voči osobe (klientovi, používateľovi, pacientovi) môže byť cestou k pochopeniu klientových poznatkov, afektov, motivácií alebo správania.
Entuziazmus (Enthusiasm)	Pocit nadšenia alebo vášne pre nejakú činnosť, vec alebo objekt.
Etika (Ethics)	Morálne princípy, ktoré riadia správanie človeka alebo jeho aktivitu. Odvetvie filozofie, ktoré skúma obsah morálnych súdov (t. j. čo je správne a čo nesprávne) a ich povahu (t. j. či by sa takéto súdy mali považovať za objektívne alebo subjektívne).
Experimentovanie (Experimentation)	Činnosť alebo proces skúšania nových nápadov, metód alebo činností.

F

Pojem	Popis
Flexibilita (Flexibility)	Flexibilita je osobnostná črta, ktorá opisuje, do akej miery sa človek dokáže vyrovnáť so zmenami okolností a premýšľať o problémoch a úlohách novým, tvorivým spôsobom.

G

Neexistujú žiadne pojmy.

H

Pojem	Popis
Hodnotenie (Evaluation)	Systematický, zámerný a štruktúrovaný proces interpretácie zhromažďovania a analýzy údajov (kvantitatívnych a kvalitatívnych), Skúma pôvodné ciele a to, čo sa buď predpokladá, alebo čo sa dosiahlo a ako sa to dosiahlo.
Hodnoty (Values)	Z psychosociálneho hľadiska sú hodnoty zásadami alebo normami správania; sú vlastným úsudkom o tom, čo je v živote dôležité. Sú to individuálne presvedčenia, ktoré motivujú ľudí konať takým alebo onakým spôsobom. Základné ľudské hodnoty sa vzťahujú na tie hodnoty, ktoré sú podstatou ľudského bytia. Medzi hodnoty, ktoré sa považujú za základné hodnoty vlastné ľuďom, patria pravda, čestnosť, vernosť, láska, mier atď. pretože vyzdvihujú základné dobro ľudských bytostí a celej spoločnosti.
Hypotéza (Hypothesis)	Predpoklad alebo navrhované vysvetlenie vytvorené na základe obmedzených dôkazov ako východisko pre ďalšie skúmanie. Vo vedeckom kontexte je to testovateľné tvrdenie o vzťahu medzi dvoma alebo viacerými premennými alebo navrhované vysvetlenie nejakého pozorovaného javu. Vo filozofii je vyslovené tvrdenie základom pre úvahy, bez akéhokoľvek predpokladu o jeho pravdivosti.

I

Pojem	Popis
Implementácia (Implementation)	The process of putting a decision or plan into effect; execution. As such, implementation is the action that must follow any preliminary thinking for something to actually happen.
Impulz (Impulse)	Náhle silné a nerefektované nutkanie alebo túžba konať. V psychológii vyjadrenie psychickej energie z inštinktívnych pohnútok.
Inovatívne myslenie (Innovative thinking)	Schopnosť vytvoriť niečo nové, odkloniť sa od tradičných myšlienkových vzorcov. Pomocou inovatívneho myslenia možno generovať nové nápady, konať inak a prichádzať s novými riešeniami problémov.

Integrita (Integrity)	Čestné správanie a dôsledné a nekompromisné dodržiavanie pevných morálnych a etických zásad a hodnôt. V etike sa integrita považuje za čestnosť a pravdivosť alebo správnosť konania.
Intelektuálna flexibilita (Intellectual flexibility)	Morálna schopnosť prispôbiť svoje vnímanie - priznať si svoje obmedzenia vnímania, prijať spätnú väzbu a učiť sa z osobných skúseností, vrátane vlastných chýb, ako aj z poznatkov a skúseností iných. Otvorenosť mysle, schopnosť prijať a začleniť nové informácie a posunúť sa.
Inteligencia (Intelligence)	Schopnosť získavať informácie, učiť sa zo skúseností, prispôbovať sa prostrediu, chápať a správne využívať schopnosť myslieť a uvažovať.
Interakcia (Interaction)	Vzťah medzi dvoma alebo viacerými systémami, ľuďmi alebo skupinami, ktorý vedie k vzájomnému alebo recipročnému ovplyvňovaniu.
Interpersonálne zručnosti (Interpersonal skills)	Správanie a taktiky, ktoré človek využíva na efektívnu interakciu s ostatnými. Ľudia používajú medziľudské zručnosti neustále, keď komunikujú s ostatnými, či už na pracovisku, v spoločenských situáciách alebo v rodine.
Interpretácia (Interpretation)	Vysvetlenie významu nejakej veci. V oblasti sociálnej pomoci (napr. dobrovoľníckej práce) môže interpretácia poskytnúť jednotlivcovi alternatívny pohľad na problém. Pomáha dostať sa k základným trendom, vzorcom a otázkam súvisiacim s problémom.
Intuícia (Intuition)	Okamžitý vhľad alebo vnímanie v protiklade k vedomému uvažovaniu alebo reflexii. Schopnosť okamžite pochopiť alebo poznať niečo na základe svojich pocitov, a nie faktov.

J

Neexistujú žiadne pojmy.

K

Pojem	Popis
Kognitívne zručnosti	Kognitívne zručnosti, nazývané aj kognitívne funkcie,

(Cognitive skills)	kognitívne schopnosti alebo kognitívna kapacita, sú zručnosti založené na mozgových funkciách, ktoré sú potrebné pri získavaní vedomostí, manipulácii s informáciami a uvažovaní. Ide o základné zručnosti, ktoré váš mozog používa na myslenie, čítanie, učenie, zapamätanie, uvažovanie a pozornosť.
Kompetentnosť (Competency)	Schopnosť robiť niečo úspešne alebo efektívne. Kompetencia je súbor vedomostí, schopností, zručností, skúseností a správania, ktoré vedú k efektívnemu výkonu činností jednotlivca.
Komunikácia (Communication)	Poskytovanie alebo výmena informácií hovorením, písaním alebo použitím iného média.
Koncentrácia (Concentration)	Činnosť alebo schopnosť sústrediť celú svoju pozornosť.
Konflikt (Conflict)	Rozsiahly spor; boj, súperenie; stret alebo ostrý nesúhlas (ako medzi myšlienkami, záujmami alebo cieľmi); duševný boj vyplývajúci z potrieb, pohnútok, želaní alebo požiadaviek, ktoré sú v protiklade alebo nie sú zlučiteľné.
Konfrontácia (Confrontation)	Konfrontácia je prvok konfliktu, v ktorom sa strany navzájom konfrontujú a priamo sa zapájajú do vzájomného sporu.
Konvergentné myslenie (Convergent thinking)	Zameriava sa na dosiahnutie jedného dobre definovaného riešenia problému. Vo všeobecnosti znamená schopnosť dať "správnu" odpoveď na štandardné otázky, ktoré si nevyžadujú výraznú kreativitu, napríklad vo väčšine úloh v škole a v štandardizovaných testoch inteligencie s výberom odpovede.
Kooperácia (Cooperation)	Kooperácia je proces, v ktorom dvaja, alebo viacerí ľudia, organizácie či iné entity pracujú spoločne na splnení jednej úlohy či dosiahnutí jedného cieľa.
Koordinácia (Coordination)	Schopnosť rôznych častí fungovať spoločne, organizácia rôznych prvkov činností, ktorá im umožňuje efektívne spolupracovať, napr. skupiny ľudí pracujú spoločne efektívnym a organizovaným spôsobom.
Koučovanie (Coaching)	Je forma rozvoja, pri ktorej skúsená osoba, nazývaná kouč, podporuje učiaceho sa alebo klienta pri dosahovaní konkrétneho osobného alebo

	profesionálneho cieľa poskytovaním odbornej prípravy a poradenstva. Učiaci sa sa niekedy nazýva koučovaný.
Kreativita (Creativity)	Schopnosť vytvárať alebo rozvíjať originálne práce, teórie, techniky alebo myšlienky. Tvorivý jedinec sa zvyčajne vyznačuje originalitou, predstavivosťou a expresivitou.
Kredibilita (Credibility)	Charakteristika dôveryhodnosti a vierohodnosti. Skutočnosť, že sme prijímaní ako pravdiví, skutoční alebo čestní.
Kríza (Crisis)	Situácia (napr. traumatická zmena), ktorá u účastníkov vyvoláva výrazný kognitívny alebo emocionálny stres. Krízy sú negatívne zmeny v ľudských alebo v životných záležitostiach, najmä ak sa vyskytnú náhle, bez varovania alebo len s malým alebo žiadnym varovaním.

L, Ľ

Pojem	Popis
Laterálne myslenie (Lateral thinking)	Riešenie problémov nepriamym a tvorivým prístupom, zvyčajne prostredníctvom pohľadu na problém v novom a neobvyklom svetle.
Líderstvo (Vodcovstvo) (Leadership)	Procesy spojené s vedením iných ľudí vrátane organizovania, riadenia, koordinovania a motivovania ich úsilia na dosiahnutie určitých skupinových alebo organizačných cieľov. Vedenie býva recipročné (vodcovia ovplyvňujú nasledovníkov a nasledovníci ovplyvňujú vodcov), transakčné (vodcovia a nasledovníci si vymieňajú svoj čas, energiu a zručnosti s cieľom zvýšiť svoje spoločné odmeny), transformačné (vodcovia inšpirujú a motivujú nasledovníkov) a skôr kooperatívne ako nátlakové (nasledovníci dobrovoľne prijímajú návrhy vodcu)
Logické myslenie (Logical thinking)	Analyzovanie situácie alebo problému pomocou rozumu a navrhovanie možných riešení. Logicky myslíaci ľudia zhromažďujú všetky informácie, ktoré môžu, vyhodnocujú fakty a potom metodicky rozhodujú o najlepšom spôsobe, ako postupovať ďalej.
Ľudské potreby (Human needs)	Stav napätia v organizme vyplývajúci z nedostatku niečoho, čo je potrebné na prežitie, blaho alebo osobné naplnenie. Potreby sa odlišujú od želaní. V

	<p>prípade potreby spôsobuje nedostatok jasný nepriaznivý výsledok: dysfunkciu.</p> <p>Ľudské potreby sa bežne používajú na označenie hnacích síl konania ľudí, motívov ľudského správania.</p>
Ľudské vzťahy (Human relations)	<p>sa týkajú schopnosti zdravo komunikovať s ostatnými a budovať pevné vzťahy. Z pohľadu manažérov v podniku zahŕňajú proces vytvárania systémov a komunikačných kanálov, ktoré umožňujú skupinové vzťahy so zamestnancami, ako aj silné vzťahy medzi jednotlivcami.</p>

M

Pojem	Popis
Mäkké zručnosti (Soft skills)	<p>Osobné vlastnosti, ktoré človeku umožňujú efektívne a <u>harmonicky</u> komunikovať s inými ľuďmi.</p> <p>Sú to netechnické zručnosti, ktoré opisujú spôsob práce a interakcie s ostatnými. Na rozdiel od tvrdých zručností nie sú nevyhnutne niečím, čo sa naučíte na kurze, ako napríklad analýza údajov alebo programovanie. Namiesto toho odrážajú váš štýl komunikácie, pracovnú morálku a štýl práce.</p>
Manažment (Management)	<p>Proces zaobchádzania s vecami alebo ľuďmi alebo ich kontrola. Jednotlivec alebo skupina jednotlivcov, ktorí vyzývajú a dohliadajú na osobu alebo kolektív ľudí v snahe dosiahnuť požadované ciele a úlohy. Okrem toho definícia manažmentu zahŕňa schopnosť plánovať, organizovať, monitorovať a riadiť jednotlivcov</p>
Medziľudské vzťahy (Interpersonal relationships)	<p>Medziľudské vzťahy vznikajú na základe vzájomných interakcií ľudí v sociálnych situáciách. Toto spojenie môže byť založené na dôvernom vzťahu, láske, solidarite, podpore, pravidelných obchodných interakciách alebo na inom type sociálneho spojenia alebo záväzku.</p>
Morálka (Morality)	<p>Systém presvedčení alebo súbor hodnôt týkajúcich sa správneho konania, na základe ktorých sa správanie posudzuje ako prijateľné alebo neprijateľné.</p>
Motivácia (Motivation)	<p>Podnet, ktorý dáva zmysel alebo smer správaniu a pôsobí v ľuďoch na vedomej alebo nevedomej úrovni. Motívy sa často delia na a) fyziologické, primárne</p>

	alebo organické motívy, ako sú hlad, smäd a potreba spánku, a b) osobné, sociálne alebo sekundárne motívy, ako sú afiliácia, súťaživosť a individuálne záujmy a ciele.
Multidisciplinárny prístup (Multidisciplinary Approach)	Spôsob riešenia odborných otázok, pri ktorom spolupracujú jednotlivci z rôznych odborov alebo profesií s cieľom získať dôkladnejšie, podrobnejšie pochopenie podstaty otázok a následne vypracovať komplexnejšie odpovede.
Mylná predstava (Misconception)	Názor alebo stanovisko, ktoré je nesprávne, pretože je založené na <u>nesprávnom</u> myslení alebo chápaní.

N

Pojem	Popis
Nenásilná komunikácia (Non-violent communication)	Nenásilná komunikácia je prístup ku komunikácii založený na princípoch nenásilia. Nie je to technika na ukončenie nezhôd, ale skôr metóda určená na zvýšenie empatie a zlepšenie kvality života tých, ktorí túto metódu využívajú, a ľudí okolo nich.
Neverbálna komunikácia (Non-verbal communication)	Neverbálna komunikácia je prenos správ alebo signálov prostredníctvom neverbálnej roviny, ako je očný kontakt, mimika, gestá, postoj a reč tela. Zahŕňa používanie sociálnych náznakov, kineziológie, vzdialenosti a fyzického prostredia/vzhľadu, tónu a výšky hlasu a dotyku.
Nonkomformista (Nonconformist)	Osoba, ktorá sa svojím správaním alebo názormi neprispôsobuje prevládajúcim predstavám alebo zvyklostiam.

O

Pojem	Popis
Odolnosť (Resilience)	Proces a výsledok úspešnej adaptácie na ťažké alebo náročné životné skúsenosti, najmä prostredníctvom mentálnej, emocionálnej a behaviorálnej flexibility a

	<p>prispôsobenia sa vonkajším a vnútorným požiadavkám. K tomu, ako dobre sa ľudia adaptujú na nepriaznivé udalosti, prispieva viacero faktorov, medzi ktorými prevládajú a) spôsoby, akými jednotlivci vnímajú svet a ako sa s ním vyrovnávajú, b) dostupnosť a kvalita sociálnych zdrojov a c) špecifické stratégie zvládania. Psychologický výskum ukazuje, že zdroje a zručnosti spojené s pozitívnejšou adaptáciou (t. j. väčšou odolnosťou) možno kultivovať a praktizovať.</p>
<p>Optimizmus (Optimism)</p>	<p>Optimizmus je duševný postoj charakterizovaný nádejou a dôverou v úspech a pozitívnu budúcnosť. Optimisti majú tendenciu vnímať ťažkosti ako skúsenosti na učenie alebo dočasné neúspechy. Je to súbor presvedčení a vlastností, ktoré pomáhajú jednotlivcom uvažovať skôr o pozitívnych ako o negatívnych aspektoch života.</p>
<p>Osobné hodnoty (Personal Values)</p>	<p>Sú "širšie želateľné ciele", ktoré motivujú konanie ľudí a slúžia ako riadiace zásady v ich živote. Každý človek má hodnoty, ale každý človek má iný súbor hodnôt. Tieto rozdiely sú ovplyvnené kultúrou jednotlivca, jeho osobnou výchovou, životnými skúsenosťami a celým radom ďalších vplyvov. Sú to vlastné etické a osobnostné ciele človeka.</p>
<p>Osobné silné stránky (Personal Strength)</p>	<p>Osobné silné stránky sú pozitívne osobnostné vlastnosti, vedomosti a schopnosti. Sú definované ako naše zabudované schopnosti pre určitý spôsob myslenia, cítenia a správania.</p>
<p>Osobnostné črty (Personality Traits)</p>	<p>Relatívne stabilná, konzistentná a trvalá vnútorná charakteristika, ktorá sa odvodzuje zo vzorca správania, postojov, pocitov a zvykov jednotlivca.</p>
<p>Osobný rast (Personal Growth)</p>	<p>Je proces rozvíjania nových zručností, postojov, konania, alebo reakcií, ktoré môžu mať pozitívny vplyv na váš život a zvýšiť vašu celkovú pohodu. Úspešný osobný rast si vyžaduje motiváciu, túžbu zlepšovať sa a ochotu usilovať sa o zmeny.</p>
<p>Otvorenosť mysle (Open-mindedness)</p>	<p>zahŕňa vnímavosť voči širokej škále myšlienok, argumentov a informácií. Otvorenosť sa vo všeobecnosti považuje za pozitívnu vlastnosť. Je potrebná na kritické a racionálne myslenie. Otvorenosť mysle zahŕňa kladenie otázok a aktívne vyhľadávanie</p>

	informácií, ktoré spochybňujú vlastné presvedčenie. Zahŕňa tiež presvedčenie, že ostatní ľudia by mali mať možnosť slobodne vyjadrovať svoje názory a argumenty, aj keď s nimi nemusíte nevyhnutne súhlasiť.
--	--

P

Pojem	Popis
Pocit(y) (Feeling(s))	Pocity sú subjektívne, hodnotiace vnemy a sú nezávislé od pocitov, myšlienok alebo obrazov, ktoré ich vyvolávajú. Nevyhnutne sa hodnotia ako príjemné alebo nepríjemné, ale môžu mať špecifickejšie intrapsychické vlastnosti (napr. afektívny tón strachu sa prežíva inak ako tón hnevu). Pociť je teda len mentálnym obrazom toho, čo sa deje v našom tele, keď prežívame emóciu.
Podnikanie (Business)	je spôsob obživy alebo zarábania peňazí výrobou alebo nákupom a predajom výrobkov a služieb. Je to tiež "akákoľvek« činnosť alebo podnikanie za účelom zisku.
Posilnenie (Empowerment)	Proces posilňovania a zvyšovania sebadôvery, najmä pokiaľ ide o kontrolu vlastného života a presadzovanie svojich práv. Podpora zručností, vedomostí a sebadôvery potrebných na prevzatie väčšej kontroly nad svojím životom.
Pozorovanie (Observation)	Pozorné a dôkladné skúmanie objektu, procesu alebo iného javu s cieľom zhromaždiť o ňom údaje alebo vyvodiť závery.
Pozornosť (Attention)	Stav, v ktorom sa vedomostné zdroje sústreďujú skôr na určité aspekty prostredia než na ostatné a centrálny nervový systém je v stave pripravenosti reagovať na podnety.
Pozitivita (Positivity)	Praktizovanie pozitívneho alebo optimistického postoja alebo tendencia k nemu.
Pozitívna psychológia (Positive Psychology)	Pozitívna psychológia je odvetvie psychológie zamerané na silné stránky charakteru a správania, ktoré jednotlivcom umožňujú budovať zmysluplný a účelný život - posunúť sa od prežívania k prosperite.
Predispozícia (Predisposition)	Predispozícia je akýkoľvek súbor faktorov, ktoré síce nie sú priamou príčinou, ale zvyšujú pravdepodobnosť,

	že sa u subjektu prejaví určitá <u>osobnostná črta alebo vlastnosť</u> , alebo sa u neho vyvinie určitá porucha alebo chovanie. Genetickými predispozíciami môžu byť napríklad závislosti od drog alebo alkoholu alebo dokonca typy osobnosti. Vlastný rozvoj osobnosti môže byť iniciovaný interakciou určitých biologických, psychologických alebo environmentálnych faktorov.
Predsudok (Prejudice)	Negatívny postoj voči inej osobe alebo skupine, ktorý sa vytvoril ešte pred akoukoľvek skúsenosťou s touto osobou alebo skupinou. Predsudky zahŕňajú afektívnu zložku (emócie, ktoré sa pohybujú od miernej nervozity až po nenávisť), kognitívnu zložku (predpoklady a presvedčenia o skupinách vrátane stereotypov) a behaviorálnu zložku (negatívne správanie vrátane diskriminácie a násillia). Predsudky bývajú odolné voči zmene, pretože skresľujú vnímanie informácií týkajúcich sa skupiny zo strany zaujatého jednotlivca. Predsudky založené na rasovej skupine sú rasizmom, predsudky založené na pohlaví sú sexizmom, predsudky založené na chronologickom veku sú ageizmom a predsudky založené na zdravotnom postihnutí sú ableizmom.
Prekonceptia (Preconception)	Presvedčenie alebo očakávanie súvisiace s nejakým postojovým bodom, ktoré sa uplatňuje ešte pred získaním podstatných informácií o danom bode.
Prenositeľné zručnosti (Transferable skills)	Zručnosti nad rámec kvalifikácie. Zručnosti a schopnosti, ktoré ste si osvojili počas celého života, v škole alebo na univerzite, doma, v spoločenskom živote, ako aj vďaka skúsenostiam na pracovisku. Často sa nazývajú "prenosné zručnosti", pretože tieto všeobecné zručnosti môžete uplatniť v rôznych oblastiach, pracovných prostrediach a odvetviach (napr. spolupráca, riešenie problémov, riadenie času, tvorivé myslenie, prispôsobivosť atď.)
Presvedčenie (viera) (Beliefs)	Viera je postoj, že niečo je pravda, alebo že nejaké tvrdenie o svete je pravdivé. V epistemológii používajú filozofi termín "presvedčenie" na označenie postojov o svete, ktoré môžu byť buď pravdivé, alebo nepravdivé.
Prioritizácia (Prioritization)	Prioritizácia je činnosť, ktorá usporadúva položky alebo činnosti podľa ich vzájomnej dôležitosti.
Proaktívne správanie	Proaktivita alebo proaktívne správanie sa vzťahuje na

(Proactivity)	správanie, ktoré je iniciované samým sebou a ktoré sa snaží vyriešiť problém skôr, ako sa vyskytne. Proaktívne správanie zahŕňa konanie v predstihu pred budúcou situáciou namiesto reakcie.
---------------	---

Q

Neexistujú žiadne pojmy.

R

Pojem	Popis
Racionálne myslenie (Rational thinking)	Racionálne myslenie je definované ako používanie rozumu, schopnosť pochopiť zmysel vecí a používanie logiky na zistenie a overenie faktov.
Raport (Rapport)	V psychológii ide o schopnosť nadviazať kontakt s inými ľuďmi spôsobom, ktorý vytvára atmosféru dôvery a porozumenia. Vrelý, uvoľnený vzťah vzájomného porozumenia, prijatia a sympatizujúcej zhody medzi jednotlivcami alebo osobami navzájom.
Receptivita (Receptiveness)	Vlastnosť spočívajúca v ochote počúvať alebo prijímať nové myšlienky, dojmy alebo návrhy. Učenie, ktoré je uľahčené prostredníctvom sociálnych interakcií s inými jednotlivcami.
Reciprocita (Reciprocity)	Kvalita skutku, procesu alebo vzťahu, v ktorom jedna osoba prijíma výhody od druhej a na oplátku poskytuje rovnocennú výhodu.
Reflexia (Reflection)	Skúmanie, uvažovanie a analýza vlastných myšlienok, pocitov a činov. Podmienka alebo schopnosť tejto činnosti sa nazýva sebareflexia .
Regulácia emócií (Emotion regulation)	Je schopnosť kontrolovať vlastný emocionálny stav. Môže zahŕňať také správanie, ako je prehodnotenie náročnej situácie s cieľom znížiť hnev alebo úzkosť, skrývanie viditeľných známkov smútku alebo strachu alebo zameranie sa na dôvody, prečo sa cítiť šťastný alebo pokojný.
Relaxácia (Relaxation)	Zníženie intenzity, energie alebo napätia, ktoré vedie k upokojeniu mysle, tela alebo oboch.
Rešpekt (Respect)	Postoj alebo správanie preukazujúce úctu, rešpekt, úctu, záujem a iné podobné pozitívne vlastnosti voči jednotlivcovi alebo subjektu. Úcta môže slúžiť

	dôležitému účelu v medziľudských a medziskupinových vzťahoch, napríklad tým, že pomáha pri komunikácii.
Riadenie rizík (Risk management)	Je štruktúrovaný prístup k riadeniu neistoty súvisiacej s hrozbou, postupnosť ľudských činností zahŕňajúca: posúdenie rizika, vypracovanie stratégií na jeho riadenie a zmiernenie rizika pomocou manažérskych zdrojov.
Riešenie konfliktov (Conflict solving)	Riešenie konfliktov je proces, ktorým dve alebo viac strán dosahuje mierové riešenie sporu..
Riešenie problému (Problem solving)	Riešenie problému je akt definovania problému; určenia príčiny problému; identifikácie a stanovenia priorít a výberu alternatív riešenia; a realizácie riešenia.
Rozhodovanie (Decision-making)	V psychológii sa rozhodovanie považuje za kognitívny proces, ktorého výsledkom je výber presvedčenia alebo konania z viacerých možných alternatív. Môže byť racionálne alebo iracionálne.
Rozptýlenie (Distraction)	Podnet alebo úloha, ktorá odvádza pozornosť od úlohy primárneho záujmu.

s, š

Pojem	Popis
Samoregulácia (Self-regulation)	Kontrola vlastného správania pomocou sebakontroly (vedenie záznamov o správaní), sebahodnotenia (vyhodnocovanie informácií získaných počas sebakontroly) a sebaupevňovania (odmeňovanie sa za vhodné správanie alebo za dosiahnutie cieľa).
Sebaaktualizácia (Self-actualization)	Úplná realizácia toho, čoho je človek schopný, zahŕňajúca maximálny rozvoj schopností a plné zapojenie sa do života a jeho ocenenie, predovšetkým v podobe vrcholných zážitkov. Tento pojem sa spája najmä s Abrahamom Maslowom, ktorý považoval proces smerovania k plnému potenciálu za základný, ale dosiahnuteľný až po naplnení základných potrieb fyzického prežitia, bezpečia, lásky a spolupatričnosti a úcty. Nazýva sa aj <u>sebarealizácia</u> .
Sebadisciplína (Self-discipline)	1. Kontrola vlastných impulzov a túžob, vzdanie sa okamžitého uspokojenia v prospech dlhodobých cieľov.

	2. Odhodlané dodržiavanie určitého režimu alebo postupu v záujme dosiahnutia svojich cieľov.
Sebadôvera (Confidence)	Pocit alebo presvedčenie, že človek môže niekomu alebo niečomu veriť alebo sa na niekoho alebo niečo spoľahnúť. Dôvera pochádza z latinského slova "fidere", čo znamená "dôverovať"; preto mať sebadôveru znamená dôverovať sebe samému.
Sebaobraz (Self-concept)	Popis a hodnotenie seba samého, vrátane psychologických a fyzických charakteristík, vlastností, zručností, rolí atď. Sebakoncepty prispievajú k pocitu identity jednotlivca v priebehu času. Vedomá reprezentácia sebakonceptu čiastočne závisí od nevedomej schematizácie seba samého. Hoci sú sebakoncepty zvyčajne do určitej miery vedomiu dostupné, ich reprezentácia môže byť potlačená, ale napriek tomu môžu ovplyvňovať úsudok, náladu a vzorce správania.
Sebauvedomenie (Self-awareness)	Schopnosť zamerať sa na seba a na to, ako vaše činy, myšlienky alebo pocity zodpovedajú alebo nezodpovedajú vašim vnútorným normám. Ak je niekto veľmi sebavedomý, dokáže sa objektívne hodnotiť, ovládať svoje emócie, zosúladiť svoje správanie so svojimi hodnotami a správne pochopiť, ako ho vnímajú ostatní.
Sebaúčinnosť (Self-efficacy)	Vzťahuje sa na presvedčenie jednotlivca o jeho schopnosti vykonávať potrebné úkony a správať sa tak ako je potrebné na dosiahnutie konkrétnych výkonov. Odráža dôveru v schopnosť vykonávať kontrolu nad vlastnou motiváciou, správaním a sociálnym prostredím.
Sebavedomie (Self-confidence)	Opisuje sa ako sebadôvera: dôvera vo vlastné schopnosti, spôsobilosti a úsudok. Je to postoj k svojim schopnostiam a zručnostiam . Znamená, že akceptujete a dôverujete si a máte pocit kontroly nad svojím životom. Dobre poznáte svoje silné a slabé stránky a máte na seba pozitívny názor.
Sebavyjadrenie (Self-expression)	Slobodné vyjadrenie svojich pocitov, myšlienok, nadania, postojov alebo impulzov prostredníctvom takých prostriedkov, ako je verbálna komunikácia, výtvarné, dekoratívne, literárne a divadelné umenie a iné bežné činnosti (napr. záhradkárstvo, šport).

	Podstatou sebvýjadrenia je činnosť vyjadrovania sa a môže mať širokú škálu foriem.
Schopnosti počúvať (Listening skills)	Sú to zručnosti, ktoré prispievajú k schopnosti presne prijímať informácie pri komunikácii s inými ľuďmi. Počúvanie je schopnosť presne prijímať a interpretovať správy v procese komunikácie. Bez schopnosti efektívne počúvať sa správy ľahko nesprávne pochopia. V dôsledku toho sa komunikácia narúša a odosielateľ správy môže byť ľahko frustrovaný alebo podráždený. Ak existuje jedna komunikačná zručnosť, ktorú by ste sa mali snažiť ovládať, potom je to schopnosť počúvať.
Sociálna interakcia (Social interaction)	Akýkoľvek proces, ktorý zahŕňa vzájomné podnety alebo reakcie medzi dvoma alebo viacerými jednotlivcami. Sociálna interakcia zahŕňa rozvoj spolupráce a súťaže, vplyv statusu a sociálnych rolí a dynamiku skupinového správania, vedenia a konformity. Trvalá sociálna interakcia medzi konkrétnymi jednotlivcami vedie k vytváraniu sociálnych vzťahov.
Sociálny dôkaz (Social proof)	Je psychologický jav, pri ktorom ľudia berú na zreteľ konanie iných v snahe prisúdiť správne správanie k danej situácii. V podstate ide o predstavu, že keďže to robia iní, mal by som to robiť aj ja. Ide o čiastočný odraz "mentality stáda".
Spätná väzba (Feedback)	Reakcie, ktoré informujú jednotlivca o správnosti, fyzickom účinku alebo sociálnom či emocionálnom vplyve jeho správania alebo myslenia. V medziľudských vzťahoch a terapii poskytuje informačná spätná väzba jednotlivcovi pohľad na to, ako ho vnímajú iní ľudia. V behaviorálnej terapii je informačná spätná väzba určená na priamu pomoc pri zmene a formovaní správania.
Spolupráca (Collaboration)	Schopnosť pracovať spoločne s inými alebo spoločne, najmä v intelektuálnom úsilí.
Spracovanie údajov (Data processing)	Vykonávanie operácií s údajmi, najmä počítačom, s cieľom získať, transformovať alebo klasifikovať informácie.
Správanie (Behaviour)	Spôsob, akým človek koná alebo sa správa, najmä voči iným.

<p>Starostlivosť o seba (Self-care)</p>	<p>Je definovaná ako venovanie primeranej pozornosti vlastnému fyzickému a psychickému zdraviu. Je to schopnosť starať sa o seba prostredníctvom uvedomenia, sebakontroly a sebestačnosti s cieľom dosiahnuť, udržať alebo podporiť optimálne zdravie a pohodu.</p>
<p>Strategické myslenie (Strategic thinking)</p>	<p>Je to jednoducho zámerný a racionálny myšlienkový proces, ktorý sa zameriava na analýzu kritických faktorov a premenných, ktoré ovplyvňujú realitu. Vo svojej najjednoduchšej podobe je strategické myslenie schopnosťou plánovať budúcnosť. Je to schopnosť pripraviť stratégie a koncipovať myšlienky, ktoré sa vyrovnajú s meniacim sa prostredím a zároveň zohľadnia rôzne výzvy, ktoré nás čakajú. Schopnosť aplikovať stratégiu na dosiahnutie požadovaného cieľa.</p>
<p>Stratégie zvládania (Coping strategies)</p>	<p>Vzťahuje sa na vedomé stratégie používané na zvládanie nepríjemných emócií. Stratégie zvládania môžu byť kognitívne alebo behaviorálne a môžu byť individuálne alebo sociálne.</p>
<p>Stres (Stress)</p>	<p>Fyziologická alebo psychologická reakcia na vnútorné alebo vonkajšie stresory. Stres zahŕňa zmeny, ktoré ovplyvňujú takmer každý systém tela a majú vplyv na to, ako sa ľudia cítia a správajú. Môže sa prejavovať búšením srdca, potením, suchom v ústach, dýchavičnosťou, nervozitou, zrýchlenou rečou, zosilnením negatívnych emócií (ak sa už prežívajú) a dlhším trvaním únavy zo stresu. Silný stres sa prejavuje všeobecným adaptačným syndrómom. Tým, že stres spôsobuje tieto zmeny mysle a tela, priamo prispieva k psychickým a fyziologickým poruchám a chorobám a ovplyvňuje duševné a fyzické zdravie, čím znižuje kvalitu života.</p>
<p>Súlad so sebou samým (Self-concordance)</p>	<p>Miera, do akej ľudia nasledujú osobné ciele v súlade s pocitmi vnútorného záujmu a zhodnosti identity. Ciele v súlade so sebou samým sú ciele, ktoré sú v súlade s tým, kto sme, s naším autentickým ja a s tým, čo chceme v živote skutočne robiť.</p>
<p>Šťastie (Happiness)</p>	<p>je stav emocionálnej pohody (pocit radosti, veselosti, spokojnosti,...), ktorý človek prežíva buď v užšom zmysle, keď sa mu v určitom okamihu prihodí niečo</p>

	dobré, alebo v širšom zmysle ako pozitívne hodnotenie svojho života a úspechov celkovo - teda pocit subjektívnej pohody.
--	--

T

Pojem	Popis
Termín (Deadline)	Termín je úzke časové pole alebo konkrétny časový bod, do ktorého musí byť cieľ alebo úloha splnená.
Transparentnosť (Transparency)	Transparentnosť ako etický princíp znamená fungovať takým spôsobom, aby ostatní ľahko videli, aké činnosti sa vykonávajú. Transparentnosť predpokladá otvorenosť, komunikáciu a zodpovednosť. Asi najčastejšie sa používa v prenesenom význame na označenie stavu, v ktorom sú veci bez akejkoľvek snahy niečo skrývať. Je to zručnosť, ktorá od vás vyžaduje, aby ste boli čestným a priamym.
Trpezlivosť (Patience)	Schopnosť akceptovať alebo <u>tolerovať</u> oneskorenie, problémy alebo utrpenie bez toho, aby sme sa <u>rozčuľovali</u> alebo <u>znepokojovali</u> .
Tvrdé zručnosti (hard skills)	sú špecifické schopnosti, spôsobilosti a súbory zručností, ktoré jednotlivec môže mať a preukázať merateľným spôsobom. Zvyčajne sa zameriavajú na konkrétne úlohy potrebné na vykonanie práce, ako je používanie špecifického softvéru, nástrojov alebo iného vybavenia. Mnohé tvrdé zručnosti sú technické a veľmi žiadané.

U

Pojem	Popis
Uvedomovanie si situácie (Situational awareness)	Vedomé poznanie bezprostredného prostredia a udalostí, ktoré sa v ňom odohrávajú. Situačné uvedomovanie zahŕňa vnímanie prvkov v prostredí, chápanie ich významu a ich vzájomného vzťahu a projekciu ich budúcich stavov.

V

Pojem	Popis
-------	-------

Vďačnosť (Gratitude)	Vlastnosť byť vďačný; pripravenosť prejavíť vďačnosť a opätovať láskavosť. Vďačnosť je stav aj vlastnosť.
Verbálna komunikácia (Verbal communication)	Verbálna komunikácia je používanie slov na výmenu informácií s inými ľuďmi. Môže teda zahŕňať hovorenú aj písomnú komunikáciu. Mnohí ľudia však tento pojem používajú len na označenie hovorenej komunikácie. Verbálny prvok komunikácie spočíva v tom, aké slová vyberiete a ako budú vypočuté a interpretované.
Vertikálne myslenie (Vertical thinking)	Riešenie problémov pomocou konvenčných logických postupov. Je to typ prístupu k problémom, ktorý zvyčajne zahŕňa selektívny, analytický a postupný prístup.
Vízia (Vision)	Mentálny obraz niečoho alebo niekoho vytvorený predstavivosťou. Či už v osobnom živote alebo v podnikaní, jasná vízia nám umožní vymedziť cestu k úspechu. Dosiachnutie tejto vízie však závisí od nášho vlastného zmýšľania a od toho, či sme pripravení denne sa testovať spôsobom, ktorý bude niekedy nepríjemný a ťažký, ale úplne nevyhnutný na uskutočnenie zmeny.
Vizualizácia (Visualization)	Proces vytvárania vizuálneho obrazu v mysli alebo mentálneho nácviku plánovaného pohybu s cieľom naučiť sa zručnosti alebo zlepšiť výkon. V oblasti kreativity podporujeme a iniciujeme vytváranie nových nápadov. Vizualizácia je preto účinným kreatívnym nástrojom.
Vnímanie (Perception)	Proces alebo výsledok uvedomovania si predmetov, vzťahov a udalostí pomocou zmyslov, ktorý zahŕňa činnosti ako rozpoznávanie, pozorovanie a rozlišovanie. Tieto činnosti umožňujú organizmom organizovať a interpretovať prijaté podnety do zmysluplných poznatkov a konať koordinovaným spôsobom.
Vnútoraná motivácia (Intrinsic motivation)	Vnútoraná motivácia zahŕňa vykonávanie úlohy, pretože je pre vás osobne prospešná. Je definovaná ako vykonávanie činnosti pre vlastné uspokojenie, a nie pre nejaký oddeliteľný dôsledok. Pri vnútornej motivácii je človek pohnutý k činnosti skôr pre zábavu alebo výzvu, ktorá s ňou súvisí, než kvôli vonkajším

	produktom, tlakom alebo odmenám.
Vonkajšia motivácia (Extrinsic motivation)	Vonkajšia motivácia zahŕňa dokončenie úlohy alebo prispôsobenie správania vplyvom vonkajších príčin, ako je vyhnutie sa trestu alebo získanie odmeny. Motivácia, ktorá je poháňaná vonkajšou odmenou.
Všímavý stav mysle (Mindfulness)	Mentálny stav dosiahnutý sústredení sa na prítomný okamih a pokojným uvedomovaním si a prijímaním svojich pocitov, myšlienok a telesných vnemov, ktorý sa používa ako terapeutická technika.
Vyjednávanie (Negotiation)	Vzájomný komunikačný proces, v ktorom dve alebo viaceré strany sporu skúmajú konkrétne otázky, vysvetľujú svoje postoje a vymieňajú si ponuky a protiponuky v snahe nájsť riešenie alebo výsledok, ktorý je prijateľný pre všetky strany.

W

Neexistujú žiadne pojmy.

X

Neexistujú žiadne pojmy.

Y

Neexistujú žiadne pojmy.

Z

Pojem	Popis
Závazok (Commitment)	Stav alebo vlastnosť oddanosti veci, činnosti atď.; záväzok alebo povinnosť, ktorá obmedzuje slobodu konania.
Zodpovednosť (Responsibility)	<i>Prevzatie zodpovednosti</i> znamená uznanie a prijatie rozhodnutí, ktoré ste urobili, činností, ktoré ste vykonali, a výsledkov, ku ktorým viedli. Skutočná autonómia vedie k tomu, že človek má zodpovednosť a zároveň ju aj preberá. Zodpovednosť je základným prvkom integrity; je to súlad toho, čo si myslíte, čo

	hovoríte a čo robíte. Zodpovednosť je nevyhnutná pre vzájomnú podporu, dôveru a udržiavanie plnohodnotných vzťahov.
Zmena správania (Behaviour modification)	Schopnosť prispôbiť postup či štýl práce tak, aby vyhovoval potrebám situácie. Vo všeobecnosti sa zaň považuje proces zmeny vzorcov ľudského správania pomocou rôznych motivačných techník, ako je negatívne a pozitívne posilňovanie, vymiznutie, vyhasínanie, formovanie a reťazenie. Môže byť užitočným nástrojom na podporu žiaduceho správania.
Zrozumiteľnosť (Clarity)	Vlastnosť byť súvislý a zrozumiteľný; vlastnosť byť <u>jasný</u> a <u>ľahko zrozumiteľný</u> , viditeľný alebo počuteľný; vlastnosť transparentnosti.

Zdroje / Referencie:

1. APA Dictionary of Psychology: <https://dictionary.apa.org/>
2. Cambridge Dictionary: <https://dictionary.cambridge.org/>
3. Encyclopedia Britannica: <https://www.britannica.com/topic/>
4. Oxford Learner's Dictionaries: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/>
5. Wikipedia, The Free Encyclopedia: https://en.wikipedia.org/wiki/Main_Page