Schopnosti a osobitosti človeka

Človek dokáže meniť podmienky života:

- pretvára životné prostredie

- myslí

- tvorí

Sme schopní myslieť, dorozumievať sa tvoriť, skúmať, máme rozum, vôľu a cit

Sme jedineční- genetické vlastnosti a povahové vlastnosti

**Osobnosť** = **schopnosti** (nadanie – sú činnosti nadpriemerné na určité výkony a talent – vysokovyvinuté schopnosti dosiahnuť vynikajúcich výkonov) – dôležité je ich rozvíjať, podporovať ( systematickosťou a usilovnosťou )

 **temperament** spôsob správania prejavujúci sa konaním

 **charakter** vzťah k okoliu (ľuďom, práci, povinnostiam a veciam)

 **záujmy** činnosti, ktorým venujem záujem

Schopnosti a zručnosti – predpoklad na výkon určitých činností aj tým sa odlišujeme

Človek je spoločenský tvor. Spoločenské prostredie vplýva na človeka a umožňuje mu začleniť sa

Záťažové situácie ( stres) musíme ich zvládnuť, pretože sa im nedá v živote vyhnúť.

**Pozitívne myslenie** ( očakávanie úspešného výsledku svojej činnosti a hľadanie riešenia) a **sebadôvera** ( poznanie silných a slabých stránok, dôvera vo vlastné sily a schopnosti) **ich pomáha zvládať** a prekonávať

Dôležité je sebapoznanie – sledovanie a kontrola správania( slovo, myšlienky, pocity) a konania vedie k zdokonaľovaniu správania v rôznych situáciách ( ideály, motívy)