

Exekutivní funkce (CZ/EN)	Popis	Projevy ve škole	Projevy v osobním životě
Potlačení reakce / Response Inhibition	Schopnost myslet, než začneš jednat	Přerušování učitele, impulzivní chování, vyrušování ostatních	Impulzivní nákupy, neschopnost zastavit nevhodné reakce
Pracovní paměť / Working Memory	Schopnost uchovávat informace při plnění úkolu	Zapomínání domácích úkolů, nepozornost během výuky, špatná organizace informací	Zapomínání denních úkolů, problémy při plnění více kroků
Regulace emocí / Emotional Control	Schopnost regulovat emoce	Výbuchy frustrace při neúspěchu, problémy zvládat stres ve škole	Přehnané reakce na kritiku, problémy s vyrovnáním se s neúspěchem
Flexibilita / Flexibility	Schopnost reagovat na nové okolnosti	Těžkosti s přizpůsobením se změnám v rozvrhu, problémy s novými úkoly	Odpor k nečekaným změnám, těžké zvládnání nových situací
Pozornost a její udržení / Sustained Attention	Schopnost udržet pozornost	Snadné rozptýlení, nepozornost během hodiny, nedokončené úkoly	Časté přerušování při plnění úkolů, neschopnost zůstat u jedné činnosti
Zahájení úkolu / Task Initiation	Schopnost zahájit úkol bez prokrastinace	Odkládání začátku úkolů nebo domácích úkolů, problémy se studiem	Prokrastinace, problémy s organizací aktivit doma
Plánování a prioritizace / Planning & Prioritization	Schopnost vytvořit cestu k cíli a určit, co je důležité	Neschopnost rozdělit úkoly na kroky, ztracení přehledu o termínech	Potíže s dlouhodobým plánováním aktivit, nestihání
Organizace / Organization	Schopnost vytvořit a udržet systém	Nepořádek v sešitech, ztracení materiálů a pomůcek, chaos v úkolech	Nepořádek doma, ztracení důležitých věcí
Organizace času / Time Management	Schopnost efektivně organizovat čas	Nedodržování termínů, problémy s časovým rozvrhem mezi předměty	Chronické zpoždění, neschopnost rozdělit si čas efektivně
Zaměření na cíl / Goal-Directed Persistence	Schopnost stanovit cíl a dosáhnout ho	Snadné vzdání se při obtížných úkolech, nedokončené projekty	Problémy s dosažením dlouhodobých cílů, snadné ztracení motivace
Metakognice / Metacognition	Schopnost přemýšlet o vlastním přemýšlení	Neschopnost přemýšlet o svých chybách, opakování stejných chyb	Neschopnost reflektovat své jednání a učit se z chyb