



Co-funded by
the European Union

ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Πίνακας Περιεχομένων

01

Εισαγωγή

02

Η ενότητα σε σχέση με
επαγγελματικό περιβάλλον

03

Επιπτώσεις που διακρίνονται μέσω
των έμφυλων στερεοτύπων

04

Καλές πρακτικές και συμβουλές

05

Συμπεράσματα

1. Εισαγωγή



Η συναισθηματική νοημοσύνη περιλαμβάνει διάφορους βασικούς τομείς των διαπροσωπικών δεξιοτήτων και τονίζει πώς η συναισθηματική νοημοσύνη μπορεί να ενισχύσει τις διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις και σχέσεις. Οι διαπροσωπικές δεξιότητες αναφέρονται στο σύνολο των ικανοτήτων και των ιδιοτήτων που επιτρέπουν στα άτομα να αλληλεπιδρούν, να επικοινωνούν και να οικοδομούν σχέσεις αποτελεσματικά με τους άλλους. Οι δεξιότητες αυτές περιλαμβάνουν ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών, στάσεων και ικανοτήτων που διευκολύνουν τις θετικές αλληλεπιδράσεις και συνδέσεις με τους ανθρώπους σε διάφορα κοινωνικά και επαγγελματικά περιβάλλοντα.

Οι διαπροσωπικές δεξιότητες είναι απαραίτητες για τη δημιουργία σχέσεων, τη συνεργασία με άλλους, την επίλυση συγκρούσεων και την προώθηση ενός αρμονικού και παραγωγικού περιβάλλοντος. Η ανάπτυξη και η τελειοποίηση αυτών των δεξιοτήτων μπορεί να βελτιώσει σημαντικά τις προσωπικές σχέσεις και τις επαγγελματικές προοπτικές του ατόμου, καθώς και να ενισχύσει τη συνολική επιτυχία του. Αυτοί είναι οι κύριοι τομείς των διαπροσωπικών δεξιοτήτων στο πλαίσιο της συναισθηματικής νοημοσύνης:

- **Κοινωνική συνείδηση:** Η έννοια της κοινωνικής συνείδησης, ως συστατικό της συναισθηματικής νοημοσύνης, συζητείται από τον Daniel Goleman στο βιβλίο "Συναισθηματική νοημοσύνη: Why It Can Matter More Than IQ" (Γιατί μπορεί να έχει μεγαλύτερη σημασία από τον δείκτη νοημοσύνης). Η δεξιότητα αυτή περιλαμβάνει την ικανότητα αντίληψης και κατανόησης των συναισθημάτων, των αναγκών και των ανησυχιών των άλλων. Περιλαμβάνει τον συντονισμό με την κοινωνική δυναμική, τις μη λεκτικές ενδείξεις και τα υποκείμενα συναισθήματα και τις απόψεις των γύρω μας. Ο Goleman τονίζει ότι η κοινωνική επίγνωση υπερβαίνει την απλή παρατήρηση- απαιτεί ενσυναίσθηση και γνήσιο ενδιαφέρον για τους άλλους. Στο πλαίσιο της συναισθηματικής νοημοσύνης, η κοινωνική επίγνωση περιλαμβάνει δεξιότητες όπως η ενσυναίσθηση, η κοινωνική αντίληψη, η οργανωτική επίγνωση και ο προσανατολισμός στις υπηρεσίες.
- **Διαχείριση σχέσεων ή κοινωνικές δεξιότητες:** Όπως παρουσιάζονται από τον Goleman, αναφέρονται στην ικανότητα οικοδόμησης και διατήρησης θετικών και υγιών σχέσεων με τους άλλους. Περιλαμβάνει τον αποτελεσματικό χειρισμό των αλληλεπιδράσεων, των συγκρούσεων και των συνεργασιών με τρόπο που προάγει την κατανόηση, τη συνεργασία και το αμοιβαίο όφελος. Στο πλαίσιο της συναισθηματικής νοημοσύνης, η διαχείριση σχέσεων περιλαμβάνει διάφορες δεξιότητες, όπως η επικοινωνία, η επίλυση συγκρούσεων, η συνεργασία, η ομαδική εργασία, η ηγεσία και η οικοδόμηση σχέσεων.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
ΣΧΕΣΕΩΝ

2. Η ενότητα σε σχέση με επαγγελματικό περιβάλλον



Οι διαπροσωπικές δεξιότητες μπορούν να έχουν ισχυρό αντίκτυπο τόσο στην επαγγελματική όσο και στην προσωπική ανάπτυξη των γυναικών, η οποία καθίσταται ακόμη πιο σημαντική λόγω ποικίλων κοινωνικών και πολιτισμικών παραγόντων. Τα οφέλη που παρέχουν οι διαπροσωπικές και άλλες ήπιες δεξιότητες είναι σημαντικά επειδή εργαζόμαστε πιο στενά με μεγαλύτερο αριθμό ανθρώπων από ποτέ άλλοτε. Μια μελέτη του Harvard Business Review το 2016 διαπίστωσε ότι ο χρόνος που αφιερώνουν οι διευθυντές και οι εργαζόμενοι για να εργάζονται από κοινού αυξήθηκε κατά περισσότερο από 50% τις τελευταίες δύο δεκαετίες. Οι οργανισμοί εκτιμούν ιδιαίτερα τις διαπροσωπικές δεξιότητες λόγω αυτής της αυξημένης έμφασης στην ομαδική εργασία.

Στο επαγγελματικό περιβάλλον, οι διαπροσωπικές δεξιότητες είναι θεμελιώδους σημασίας για τη δημιουργία ισχυρών εργασιακών σχέσεων, την αποτελεσματική συνεργασία σε ομάδες, την ηγεσία με ενσυναίσθηση και τη δικτύωση. Η ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων μπορεί να βοηθήσει τις γυναίκες να ξεπεράσουν τα φυλετικά εμπόδια, να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση ως προς την ικανότητά τους να επηρεάζουν και να διαπραγματεύονται και να προοδεύουν στην καριέρα τους. Επιπλέον μπορεί επίσης να έχει θετικό αντίκτυπο στην προσωπική ευημερία των γυναικών, επειδή η οικοδόμηση υγιών και ουσιαστικών σχέσεων, τόσο σε προσωπικό όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο, μπορεί να προσφέρει συναισθηματική υποστήριξη, να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση και να προωθήσει την αίσθηση του ανήκειν και της σύνδεσης. Όπως σημειώνεται σε άρθρο του Harvard Business Review του 2017, οι θετικές εργασιακές σχέσεις μπορούν να βοηθήσουν στην πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης, της εξάντλησης και ακόμη και της μοναξιάς. Αυτές οι δεξιότητες μπορούν να βοηθήσουν τις γυναίκες να αναπτύξουν ένα ισχυρό δίκτυο υποστήριξης, να διαχειριστούν αποτελεσματικά το άγχος και να καλλιεργήσουν υγιείς σχέσεις σε όλους τους τομείς της ζωής τους.

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι οι διαπροσωπικές δεξιότητες δεν είναι έμφυτες, αλλά μπορούν να διδαχθούν και να αναπτυχθούν με την πάροδο του χρόνου. Για τις γυναίκες, ιδίως σε περιβάλλοντα όπου μπορεί να αντιμετωπίζουν πρόσθετες προκλήσεις λόγω των ανισοτήτων μεταξύ των φύλων, η επένδυση στην ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων μπορεί να είναι ιδιαίτερα πολύτιμη. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει την αναζήτηση ευκαιριών κατάρτισης και ανάπτυξης, την αναζήτηση μεντόρων και προτύπων και την ενεργή εξάσκηση των κοινωνικών δεξιοτήτων σε διάφορα πλαίσια.

Συμπερασματικά, οι κοινωνικές δεξιότητες μπορούν να ενδυναμώσουν τις γυναίκες και να έχουν συνολικά θετικό αντίκτυπο στην επαγγελματική και προσωπική τους ανάπτυξη. Οι δεξιότητες αυτές τους επιτρέπουν να ηγούνται με επιτυχία, να δημιουργούν ισχυρά δίκτυα, να διαπραγματεύονται και να υπερασπίζονται τα δικαιώματά τους, να συνεργάζονται αποτελεσματικά και να προάγουν τη συνολική ευημερία τους. Επενδύοντας στην ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων, οι γυναίκες μπορούν να μεγιστοποιήσουν τις δυνατότητές τους και να ξεπεράσουν τα εμπόδια που μπορεί να αντιμετωπίζουν στην πορεία τους προς την επιτυχία.

3. Επιπτώσεις που διακρίνονται μέσω των έμφυλων στερεοτύπων



Οι διαπροσωπικές δεξιότητες είναι εξίσου σημαντικές για τις γυναίκες και για τους άνδρες στην αγορά εργασίας, αλλά πρέπει να σημειωθεί ότι οι γυναίκες έχουν ιστορικά αντιμετωπίσει μοναδικές προκλήσεις και προκαταλήψεις στον εργασιακό χώρο. Η γυάλινη οροφή βασίζεται σε διάφορες παραδοχές σε σύγκριση με άλλες μορφές διακρίσεων και ανισοτήτων, το φαινόμενο αυτό αποτελεί μια ιδιαίτερη και ειδική μορφή ανισότητας που οφείλεται σε διάφορα κριτήρια (Cotter κ.ά., 2001, Elacqua κ.ά., 2009). Ωστόσο, η κατοχή ισχυρών διαπροσωπικών δεξιοτήτων μπορεί να βοηθήσει τις γυναίκες να ξεπεράσουν αυτές τις προκλήσεις και να ευδοκιμήσουν στη σταδιοδρομία τους.

Ορισμένες σκέψεις σχετικά με τις διαπροσωπικές δεξιότητες στο εργασιακό περιβάλλον για την προώθηση των επαγγελματικών ικανοτήτων:

- Οι αποτελεσματικές επικοινωνιακές δεξιότητες είναι ζωτικής σημασίας για τις γυναίκες ώστε να μεταφέρουν με αυτοπεποίθηση τις ιδέες, τις απαιτήσεις και τις ανησυχίες τους στον εργασιακό χώρο. Καλλιεργώντας τη βεβαιότητα, οι γυναίκες μπορούν να ξεπεράσουν τις προκαταλήψεις που σχετίζονται με το φύλο και να διασφαλίσουν ότι οι απόψεις και οι προοπτικές τους ακούγονται.
- Η συγκρότηση επαγγελματικών δικτύων και η καλλιέργεια σχέσεων είναι απαραίτητη για την προώθηση της καριέρας. Οι γυναίκες μπορούν να αξιοποιήσουν τις διαπροσωπικές τους δεξιότητες για να συνδεθούν αποτελεσματικά με μέντορες, να αναζητήσουν ενεργά ευκαιρίες και να καλλιεργήσουν υποστηρικτικές σχέσεις που συμβάλλουν στην επαγγελματική τους ανάπτυξη.
- Οι δεξιότητες διαπραγμάτευσης έχουν ιδιαίτερη σημασία για τις γυναίκες στην διεκδίκηση δίκαιων αμοιβών, προαγωγών και ευκαιριών. Αναπτύσσοντας διαπραγματευτικές δεξιότητες, οι γυναίκες μπορούν να ενδυναμωθούν ώστε να διευθύνουν με επιτυχία τις συζητήσεις για τους μισθούς και άλλες επαγγελματικές διαπραγματεύσεις, διασφαλίζοντας ότι η αξία και η συνεισφορά τους αναγνωρίζονται και ανταμείβονται κατάλληλα.
- Οι γυναίκες συχνά υπερέχουν σε συνεργατικά περιβάλλοντα λόγω των φυσικών τους ικανοτήτων στη δημιουργία σχέσεων, την ενσυναίσθηση και την ομαδική εργασία. Η αξιοποίηση αυτών των διαπροσωπικών δεξιοτήτων επιτρέπει στις γυναίκες να συμβάλλουν θετικά στη δυναμική της ομάδας, να προωθούν τη συνεργασία και να οδηγούν σε επιτυχή αποτελέσματα.
- Η ηγεσία διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο για τις γυναίκες που φιλοδοξούν να προοδεύσουν στην καριέρα τους και να αναλάβουν ηγετικές θέσεις. Αναλαμβάνοντας ηγετικούς ρόλους, οι γυναίκες έχουν τη δύναμη να εμπνέουν και να παρακινούν τους άλλους, να προωθούν την απόδοση της ομάδας και να ξεπερνούν τις προκαταλήψεις λόγω φύλου που υπάρχουν στις ηγετικές θέσεις.

4. Καλές πρακτικές και συμβουλές



Η ανάπτυξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων απαιτεί συνεχή εξάσκηση και αυτοκριτική. Αυτές οι καλές πρακτικές και τα εργαλεία μπορούν να σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε υγιείς και αποτελεσματικές σχέσεις με τους άλλους σε διάφορα πλαίσια. Παρακάτω παρατίθενται ορισμένες γενικές στρατηγικές και συμβουλές για την ανάπτυξη αποτελεσματικών διαπροσωπικών δεξιοτήτων σε ένα επαγγελματικό περιβάλλον:

Εργαλείο αντιληπτικών θέσεων

Η άσκηση "Αντιληπτικές θέσεις" προέρχεται από τον Νευρογλωσσικό Προγραμματισμό (NLP). Στόχος της είναι να σας δείξει, με δομημένο τρόπο, πώς να βλέπετε τις απόψεις των άλλων ανθρώπων. Πρόκειται για μια απλή άσκηση που μπορείτε να κάνετε μέσα σε λίγα λεπτά.



Το εργαλείο παράθυρο Johari

Η διαδικτυακή άσκηση παρέχει μια απλή οπτική αναφορά για την εξέταση της προσωπικότητάς σας και για τη βελτίωση της κατανόησης μεταξύ των ατόμων. Οι περισσότεροι άνθρωποι τη χρησιμοποιούν για να αναπτύξουν την αυτογνωσία τους, αλλά μπορείτε επίσης να τη χρησιμοποιήσετε ως εργαλείο προσωπικής ανάπτυξης και για να οικοδομήσετε καλύτερες σχέσεις στο χώρο εργασίας.



10 συμβουλές για αποτελεσματική διαπροσωπική επικοινωνία

Είτε επικοινωνούμε πίσω από μια οθόνη είτε πρόσωπο με πρόσωπο, οι διαπροσωπικές δεξιότητες μας επιτρέπουν να μοιραζόμαστε ιδέες, απόψεις και πληροφορίες αποτελεσματικά. Σε αυτό το έγγραφο, θα βρείτε τις καλύτερες στρατηγικές επικοινωνίας για αποτελεσματική συνεργασία στο χώρο εργασίας και θα προβληματιστείτε σχετικά με το δικό σας προσωπικό στυλ επικοινωνίας.



Διαπροσωπικές δεξιότητες: Ορισμός, Συμβουλές και 20 Παραδείγματα

Περισσότερες λεπτομερείς πληροφορίες, συμβουλές και 20 Παραδείγματα Διαπροσωπικών Δεξιοτήτων που αναζητούν οι Εργοδότες το 2023.



5. Συμπεράσματα



Οι διαπροσωπικές δεξιότητες διαδραματίζουν κρίσιμο ρόλο στο επαγγελματικό μας περιβάλλον, καθώς οι εταιρείες κατατάσσουν συστηματικά τις διαπροσωπικές δεξιότητες ως κρίσιμη ικανότητα για την επαγγελματική επιτυχία. Δεδομένου ότι οι οργανισμοί χρειάζονται διαπροσωπικά ικανά άτομα που μπορούν να αλληλεπιδρούν με επιτυχία, οι επαγγελματίες πρέπει να αποκτήσουν αποτελεσματικές διαπροσωπικές δεξιότητες για να προσαρμοστούν με επιτυχία στην αγορά εργασίας. Η ανάπτυξη ισχυρών διαπροσωπικών δεξιοτήτων είναι σημαντική όχι μόνο για την επαγγελματική εξέλιξη αλλά και για την προσωπική ανάπτυξη. Βελτιώνοντας τις δεξιότητες επικοινωνίας και δημιουργίας σχέσεων, τα άτομα μπορούν να ενισχύσουν την ικανότητά τους να συνδέονται με τους άλλους σε βαθύτερο επίπεδο, να οικοδομούν ισχυρότερες φιλίες και να διατηρούν αρμονικότερες σχέσεις.

Από την ενότητα αυτή προκύπτει το συμπέρασμα ότι οι διαπροσωπικές δεξιότητες είναι απαραίτητες στον εργασιακό χώρο για τη δημιουργία αποτελεσματικών σχέσεων, την προώθηση της συνεργασίας και την προώθηση ενός υγιούς εργασιακού περιβάλλοντος απαλλαγμένου από τα έστερεότυπα. Με την ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων, οι επαγγελματίες γυναίκες μπορούν να βελτιώσουν την ικανότητά τους να επικοινωνούν αποτελεσματικά, να επιδεικνύουν ενσυναίσθηση, να εργάζονται σε ομάδες και να διαχειρίζονται εποικοδομητικά τις συγκρούσεις.

Καλές πρακτικές, όπως η σαφής και αποτελεσματική επικοινωνία, η ενεργός ακρόαση, ο αμοιβαίος σεβασμός και η έκφραση εκτίμησης και αναγνώρισης, είναι παραδείγματα για το πώς αυτές οι δεξιότητες μπορούν να εφαρμοστούν στο εργασιακό περιβάλλον για να σπάσει το χάσμα μεταξύ των δύο φύλων και το φαινόμενο που είναι γνωστό ως γυάλινη οροφή. Η ανάπτυξη των διαπροσωπικών δεξιοτήτων είναι μια συνεχής διαδικασία που απαιτεί εξάσκηση και αυτοκριτική. Μέσω της συνεχούς βελτίωσης αυτών των δεξιοτήτων, οι επαγγελματίες γυναίκες μπορούν να ενισχύσουν την παρουσία και την ηγετική τους ικανότητα στον εργασιακό χώρο, να οικοδομήσουν ισχυρές σχέσεις και να συμβάλουν σημαντικά στην επιτυχία των οργανισμών.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι οι ήπιες δεξιότητες δεν αφορούν μόνο τις γυναίκες, αλλά αφορούν οποιονδήποτε στον εργασιακό χώρο. Ωστόσο, λόγω της κοινωνικής και πολιτισμικής δυναμικής, οι γυναίκες συχνά αντιμετωπίζουν πρόσθετες προκλήσεις στον εργασιακό χώρο και η ανάπτυξη διαπροσωπικών δεξιοτήτων μπορεί να τις βοηθήσει να ξεπεράσουν αυτά τα εμπόδια και να διαπρέψουν στον επαγγελματικό τους ρόλο. Η προώθηση ενός συμπεριληπτικού και με σεβασμό περιβάλλοντος, όπου όλες οι φωνές εκτιμώνται, είναι απαραίτητη για τη μεγιστοποίηση του δυναμικού των κοινωνικών δεξιοτήτων στον εργασιακό χώρο. Συμπερασματικά, οι διαπροσωπικές δεξιότητες είναι απαραίτητες για την επαγγελματική και προσωπική επιτυχία σε κάθε τομέα και για κάθε φύλο. Καλλιεργώντας αυτές τις δεξιότητες, οι επαγγελματίες γυναίκες μπορούν να επιτύχουν μεγαλύτερο αντίκτυπο, να συμβάλουν σε ένα θετικό εργασιακό περιβάλλον και να αξιοποιήσουν ευκαιρίες για επαγγελματική ανάπτυξη και ανέλιξη.

Παραπομπές



- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Bantam Books.
- Babic, A., & Hansez, I. (2021). The Glass Ceiling for Women Managers: Antecedents and Consequences for Work-Family Interface and Well-Being at Work. *Frontiers in Psychology*, 12, 618250. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.618250>
- Cross, R., Rebele, R., & Grant, A. (2016). Collaborative Overload. *Harvard Business Review*. <https://hbr.org/2016/01/collaborative-overload>
- Seppälä, M. & King, M. (2017). Burnout at Work Isn't Just About Exhaustion. It's Also About Loneliness. *Harvard Business Review*. <https://hbr.org/2017/06/burnout-at-work-isnt-just-about-exhaustion-its-also-about-loneliness?>
- Reddy, M. M., (2022). Habilidades interpersonales: Importancia, tipos y formas de mejorarlas | Empuls. <https://blog.empuls.io/es/interpersonal-skills/>
- Interpersonal Skills | SkillsYouNeed (2023). Skills You Need - Helping You Develop Life Skills. <https://www.skillsyouneed.com/interpersonal-skills.html>
- Dale, N., (2019). Interpersonal Skills: Definition, Tips and 20 Examples. *Interview Tips & Practice Aptitude Tests*. <https://www.wikijob.co.uk/interview-advice/competencies/interpersonal-skills>
- Understanding the Johari Window model – Welcome to Self Awareness – Personality types, psychometric testing and learning styles. Improve job matching, team building and personal development. <https://www.selfawareness.org.uk/2022/09/25/understanding-the-johari-window-model/>

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Το έργο αυτό χρηματοδοτήθηκε με την υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής. Η παρούσα δημοσίευση [ανακοίνωση] αντισταθμίζει τις απόψεις μόνο του συγγραφέα και η Επιτροπή δεν ευθύνεται για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Συγγραφείς

© Μάιος 2023 – EBB GmnH, Step-by-Step, VAEV R&D, INDEPCIE, Skill-Up Srl., SVERONIS & SIA O.E.

Η παρούσα δημοσίευση πραγματοποιήθηκε με την οικονομική υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus +. “2022-1-DE02-KA220-VET-000085146”

Χαρακτηρισμός, μοιραστείτε με τον ίδιο όρο



Μπορείτε να:

Μοιραστείτε — αντιγράψετε και αναδιανέμετε το υλικό με κάθε μέσο και τρόπο για κάθε σκοπό, ακόμα και εμπορικό.

Προσαρμόστε — αναμείξτε, τροποποιήστε και δημιουργήστε πάνω στο υλικό για κάθε σκοπό, ακόμα και εμπορικό.

Ο αδειοδότης δεν μπορεί να ανακαλέσει αυτές τις ελευθερίες όσο εσείς ακολουθείτε τους όρους της άδειας.

Υπό τους ακόλουθους όρους:

Αναφορά Δημιουργού — Θα πρέπει να καταχωρίσετε αναφορά στο δημιουργό >, με σύνδεσμο της άδειας, και με αναφορά αν έχουν γίνει αλλαγές >. Μπορείτε να το κάνετε αυτό με οποιονδήποτε εύλογο τρόπο, αλλά όχι με τρόπο που να υπονοεί ότι ο δημιουργός αποδέχεται το έργο σας ή τη χρήση που εσείς κάνετε.

Παρόμοια Διανομή — Αν αναμείξετε, τροποποιήσετε, ή δημιουργήσετε πάνω στο υλικό, πρέπει να δινείτε τις δικές σας συνεισφορές υπό την ίδια άδεια όπως και το πρωτότυπο.

Δεν υπάρχουν πρόσθετοι περιορισμοί — Δε μπορείτε να εφαρμόσετε νομικούς όρους ή τεχνολογικά μέτρα που να περιορίζουν νομικά τους άλλους από το να κάνουν ο,τιδήποτε επιτρέπει η άδεια.