

Soft skills (гибкие навыки): секрет успеха в жизни и карьере!¹

Soft skills что это?

С английского языка soft skills переводится как гибкие или мягкие навыки. Согласно определению, они относятся не к профессиональным, а к жизненным знаниям. Под этим понятием понимается комплекс умений, связанных с неспециализированным видом деятельности, а надпрофессиональные качества.

Также мягкие навыки сложно измерить, хотя большая их часть видна проницательному человеку с первого взгляда. Чтобы еще больше вас заинтриговать, скажем, что у многих людей soft skills присутствует как будто с рождения, и для них такие навыки очень естественны. А другие люди прикладывают большие усилия, чтобы их развить, и далеко не всегда у них все получается.

Данное понятие появилось в психологии в середине прошлого века, и было связано с новым подходом к подготовке личного состава армии США. В психологической практике сейчас оно популярно. И для его распознавания разработаны многочисленные анкеты и тесты.

А теперь мы подходим к более понятному объяснению термина. Итак, в Оксфордском словаре он объясняется следующим образом:



Soft skills (гибкие навыки) — это личные качества человека, которые позволяют ему гармонично и эффективно находить взаимодействие с другими людьми.

Вот, оказывается, в чем заключается секрет успеха!

Какие бывают виды soft skills?

Все гибкие навыки подразделяются на две больших группы:

- *Личные навыки.* В списке soft skills: ответственность, честность, самодисциплина, управление временем, креативность мышления, оптимизм, этикет, хорошие манеры, логичность мышления, общительность, сочувствие, управление личными финансами и так далее.

¹ По материалам <http://evio-club.com/trenings/samorazvitie-trenings/kreativnoe-myishlenie-eto/#more-732>

- **Межличностные навыки. В списке soft skills:** умение работать в команде, способность слушать и слышать других людей, лидерство, уважение к другим людям, учтивость, сочувствие, умение аргументировать свое мнение, налаживать обратную связь с оппонентом и так далее.



Согласитесь, что обладание такими качествами способно любого сделать более успешным, независимо профессиональной или личной стороны жизни это касается.

Кому, когда и какие soft skills необходимы?

Давайте рассмотрим конкретно – для каких видов профессий или видов деятельности какие виды умений будут наиболее актуальными.

К примеру, многие иностранцы уверены, что слабыми сторонами россиян являются отсутствие умения договариваться, отсутствие способности управлять временем. Такие умения очень важны и при принятии на работу. К примеру, опытные менеджеры по персоналу всегда замечают, не опоздал ли кандидат на собеседование, как он ведет диалог и так далее.

А если человек работает (или собирается работать) в сфере деятельности, которая требует **креативности**, то для него важными надпрофессиональными навыками будут являться воображение и нестандартность мышления. Именно такой работник добьется успеха на своем профессиональном пути.

А если человек должен **работать в команде**, тогда большим плюсом к его профессиональным знаниям будут такие мягкие качества как умение быть лидером, правильно выстраивать коммуникации, слушать других.

В свою очередь, при занятии **финансовой деятельностью** успешный человек обязательно будет обладать аналитическим мышлением, структурированностью сознания, быстротой реакции, умением брать на себя ответственность, внимательностью, точностью.

Для **менеджера** важным будет являться инициативность, умение производить на людей положительное впечатление, способность убеждать и эмоционально доносить информацию.

Как развивать soft skills и стать успешней?

Один из самых успешных и богатых людей на планете как-то записал «Рассудительный обдумывает свои шаги». Если принять во внимание его

совет, то рассудительный человек должен понять, какие качества ему нужны для успешной карьеры или личной жизни, и постараться их развить.

Сегодня психологи готовы назвать способы, как можно успешно развить soft skills, чтобы они, в конце концов, тоже сделали человека успешным.

Современные способы развития мягких навыков сводятся к следующим аспектам:

- *Саморазвитие.* Нужно самостоятельно читать, слушать, смотреть, но самое главное применять на практике советы из статей, книг, лекций и так далее. Но результат будет заметен, только если обладать хорошей самодисциплиной.

- *Работа с наставником.* В указанном случае с вами будет работать коуч или психолог, позволяющий вам развивать определенные гибкие навыки. При этом лучше всего будет проходить с ним не только теорию, но и практику. Также хорошо себя зарекомендовали и просто проработка определенных тормозов-барьеров с хорошим психологом.

- *Посещение курсов.* Сегодня существует много курсов, позволяющих развить в себе те или иные необходимые для успешной жизни качества. Особенно результативными в этом плане являются тренинги.

Остается только подумать, какие мягкие навыки хотели бы вы в себе развить для достижения поставленных целей.