

# 8 навыков успешного человека, которым не научат в школе



*На Всемирном экономическом форуме в Давосе аналитики предположили, что к 2025 году 52% задач будут роботизированы. Семь лет назад мы смеялись над нелепыми роботами Boston Dynamics, а сегодня эти «милашки» умеют переносить груз, делать сальто назад и приколачивать полки. Людям будущего нужны дополнительные знания и умения: критическое мышление, креативность, эмоциональный интеллект. Такие навыки HR-менеджеры называют soft skills.*

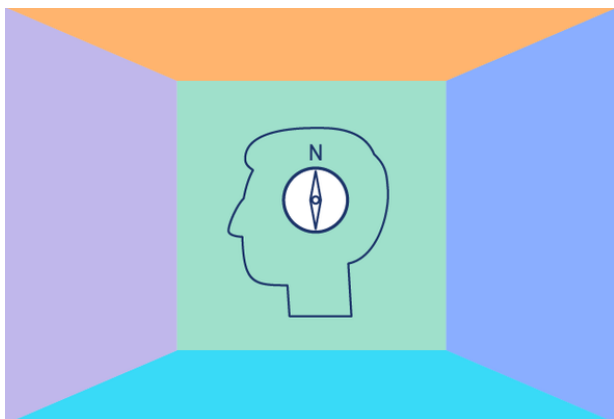
Согласно Оксфордскому словарю, soft skills – личные качества, которые позволяют эффективно и гармонично взаимодействовать с другими людьми. Вот программист Илья. Он знает язык программирования Java, протоколы передачи данных, принципы построения сетей, стандарты безопасности и английский язык. Это его навыки, связанные с профессиональной квалификацией, или hard skills. Ещё Илья быстро принимает решения, умеет договариваться, хорошо руководит людьми и постоянно учится новому. Такие навыки определяются как надпрофессиональные, или soft skills. Hard skills – какой Илья специалист, soft skills – какой Илья человек.

На что влияют «мягкие навыки»:

- успешность в команде,
- развитие профессиональных возможностей и карьеры,
- репутация,
- выбор в вашу пользу.

В 2018 году в LinkedIn изучили 450 тысяч профилей и вакансий и выяснили, что в IT-отрасли не хватает таких навыков, как умение слушать, давать обратную связь, договариваться, сотрудничать, делиться знаниями и информацией. На форуме в Давосе аналитики предоставили отчёт о будущем профессий. Там приведены soft skills, спрос на которые сформируется в ближайшие пять лет.

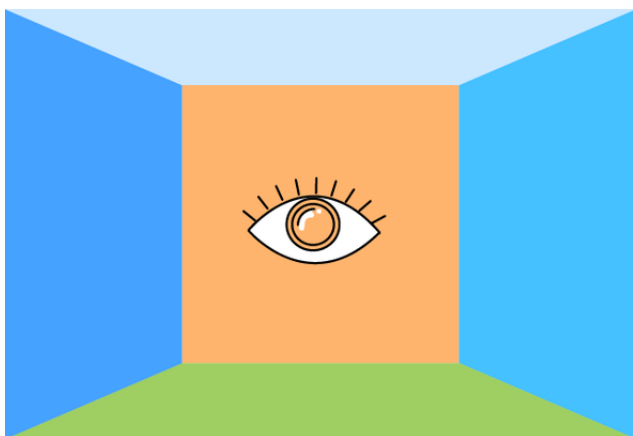
## 1. Критическое мышление



Наши поступки сегодня во многом определяются тем, что мы где-то прочитали или услышали. Поэтому умение фильтровать, подвергать сомнению чужие мысли, анализировать и делать выводы нужно и в работе, и в жизни. Навык критического мышления помогает определять важное, эффективно решать задачи, здраво смотреть на идеи, отделять истинное от ложного.

**Упражнение.** Задать 50 любых вопросов главному герою пьесы Шекспира «Гамлет»: «Сколько лет?» «Где родился?» «Почему притворился безумцем?».

## 2. Креативность



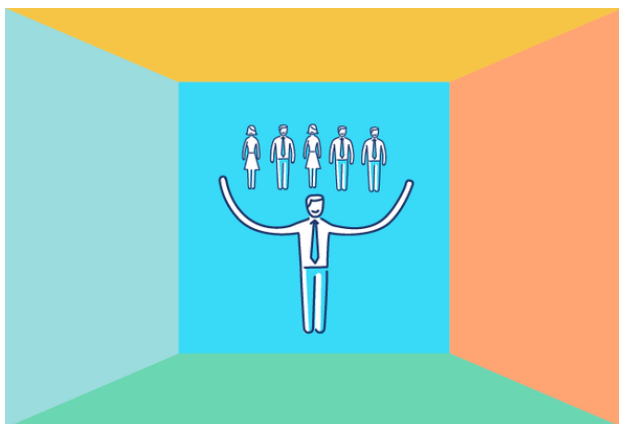
Креативность перестала быть навыком только творческих людей: у специалистов разных сфер нередко бывают ситуации, когда идея или решение нужны «ещё вчера»: здесь и ценно креативное мышление. В условиях будущей автоматизации и роботизации такой навык станет ещё ценнее.

«Творческие люди способны создавать что-то полезное буквально из ничего. В 1857 году Джозеф Гайетти взял обычную пеньковую неотбелённую бумагу и изобразил своё имя на обеих её сторонах в виде водяного знака. Он выпустил своё изделие на рынок со следующей надписью: „Гигиеническая туалетная бумага Гайетти – лучшее средство против геморроя“. Так серая бумага превратилась в первую туалетную бумагу».

**«Рисовый штурм и ещё 21 способ мыслить нестандартно», Майкл Микалко**

**Упражнение.** Выбрать любой предмет и придумать для него 20 вариантов альтернативного применения.

### 3. Управление командой

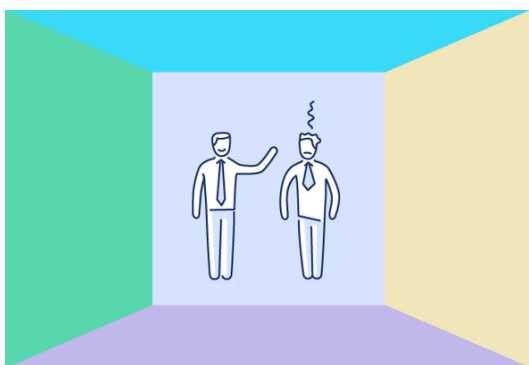


Грамотное управление — это умение выстроить команду, которая сама определяет свою зону ответственности в бизнесе, берёт на себя риски, принимает решения, которые приносят результаты.

Управленец и руководитель — роль, которую можно тренировать, и чем раньше, тем лучше. Прокачанные управленческие навыки помогают джуниорам принимать изменения, подвергать свои действия и решения анализу и критике.

**Упражнение.** Представьте, что вы Стив Джобс. Ваша цель — вывести на рынок мобильных телефонов первый iPhone. Распишите свои задачи как руководителя проекта.

### 4. Эмоциональный интеллект

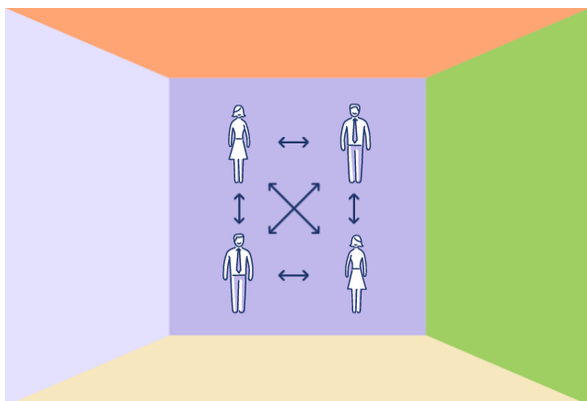


Журналист Дэниел Гоулман в книге «Эмоциональный интеллект: Почему он значит больше, чем IQ» утверждает, что эмоциональный интеллект позволяет управлять своими эмоциями и распознавать чужие, использовать эмпатию для достижения целей. Опыт доказывает, что люди с развитым эмоциональным интеллектом зачастую более успешны.

«Мне жаль, что я запутался с речью на презентации» вместо «Почему ты не придумал, как выкрутиться?» — первый признак адекватного управления чувствами.

**Упражнение.** Завести дневник эмоций. Он помогает экологично «утилизировать» неприятные эмоции, находить источники самомотивации и внутренней энергии. Найдите шаблон дневника в интернете и описывайте свои эмоции в конце каждого дня.

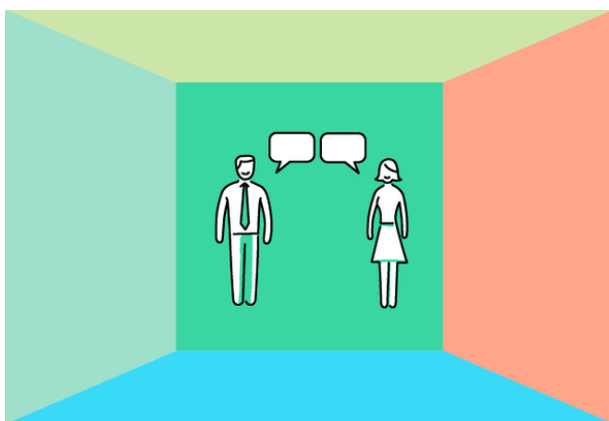
## 5. Взаимодействие с людьми



В условиях, когда проектные команды меняются или пересобираются, важно быстро погружать людей в то, что делаешь. Взаимодействовать — значит уметь слышать, слушать и договариваться, а также быть ответственным за общее дело и результат.

**Упражнение.** Прочитать книгу Фредерика Лалу «Открывая организации будущего». Эта книга переворачивает классические представления людей о работе компаний.

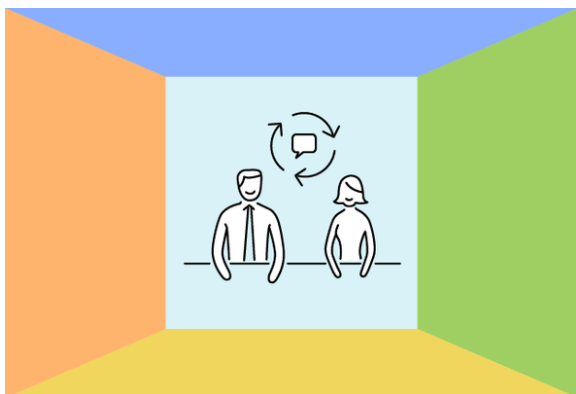
## 6. Ведение переговоров



Первое, с чем соискатель сталкивается при поиске работы, — переговоры. Научившись вести диалог, вы сможете выгодно «продать» себя на собеседовании и решать конфликтные ситуации.

**Упражнение.** При следующем разговоре за три минуты найти в собеседнике три вещи, которые вас объединяют.

## 7. Гибкость сознания

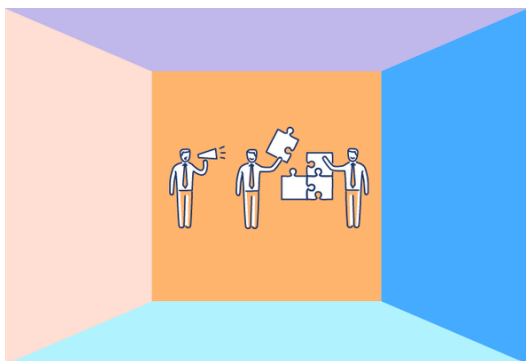


У людей бывает два типа установок: на рост и на данность. Установка на рост – продуктивная и полезная. Люди, нацеленные на рост, учатся и преодолевают сложности, не боятся ошибаться и прилагают много усилий. Люди с установкой на данность, наоборот, считают, что способности неизменны. Гибкое сознание легко адаптируется к новым обстоятельствам и способно на работу в условиях неопределённости.

Кэрл Дуэк пишет про первые шаги создания установки на рост в книге «Гибкое сознание»: «Подумайте о своей цели и о том, как вам следует поступать, чтобы не свернуть с пути её достижения. Какие шаги вам следует предпринять, чтобы добиться успеха? Какую информацию вам нужно собрать?»

**Упражнение.** Расписать свою цель и план её достижения.

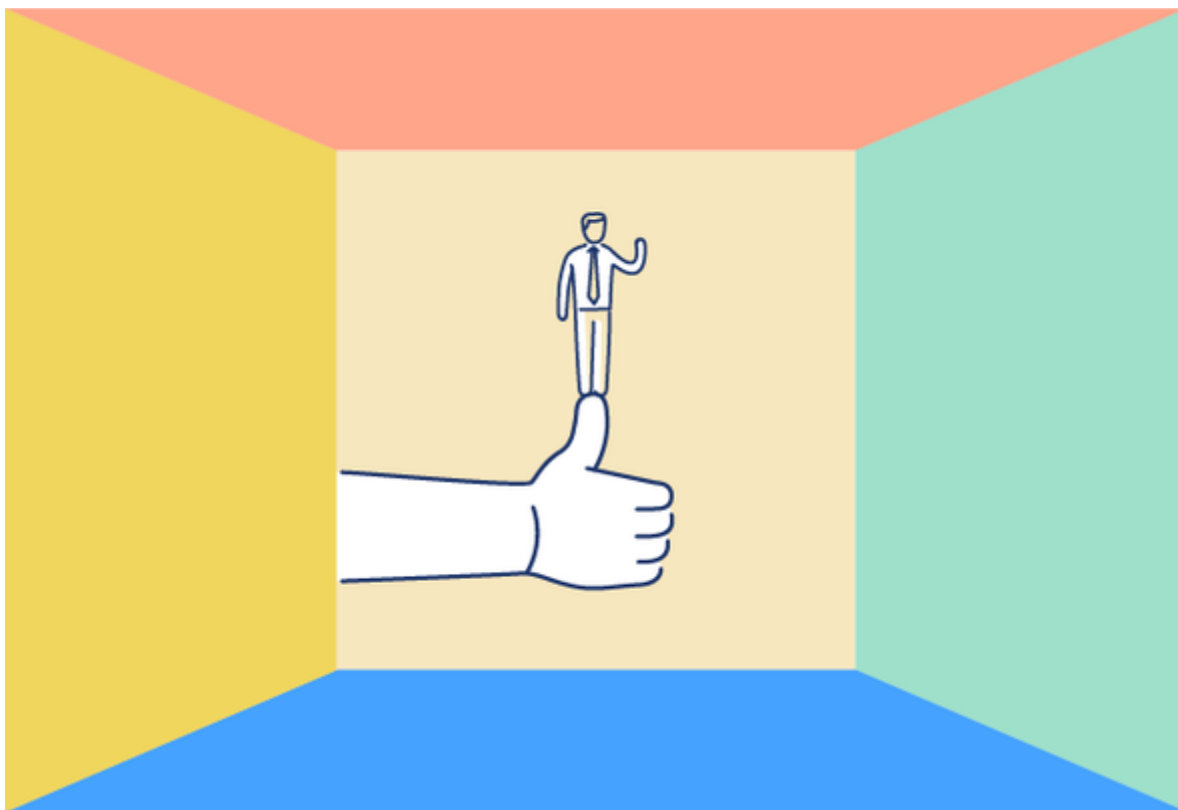
## 8. Стрессоустойчивость



Перманентное состояние стресса нарушает память и концентрацию, провоцирует непрекращающуюся усталость, делает неуверенным и мнительным. Со стрессом помогут бороться спорт, йога, правильное питание и медитация. Медитация даже изучается в качестве возможного метода лечения депрессии и тревоги.

**Упражнение.** Скачать приложение с медитациями (Calm, Headspace – на английском, Insight Timer – на русском) и заниматься неделю.

## Как развить soft skills



Навыки формируются по схеме «знание – умение – навык». Знание – набор информации из книг, интернета, обучающих курсов и видео. Умение – попытка применить полученные знания на практике. Навык – доведение умения до автоматизма.

Дети осваивают навыки быстрее и легче: получил знание, попробовал, повторил, закрепил. У взрослого человека всё затрудняется сниженной чувствительностью и выработанными за жизнь автоматическими паттернами поведения.

Тут скрывается «подножка»: школа не прививает «мягких навыков» подросткам. И есть два пути: искать дополнительные обучающие программы или забить и заочно проиграть в конкуренции за работу мечты. Работнику без дисциплины, навыков общения и работы в команде сложно войти в коллектив и стать эффективным сотрудником. Ведь ещё сто лет назад ученые Гарварда и Стэнфорда **выяснили**, что успех в работе на 80% зависит от личностных качеств.