

# BICCAD

---

## Развитие Soft Skills

Ксения Гарбуз, Александра Бурдинская

Специалисты направления «Привлечение и подбор»

Дата выступления  
03.07.2024

# В чем разница между hard и soft skills ?

- Soft skills, или мягкие навыки, представляют собой универсальные компетенции, которые важны для успешного взаимодействия и работы в любой профессиональной среде. В отличие от hard skills (жестких навыков), которые включают конкретные технические или профессиональные умения, soft skills связаны с личностными качествами и могут быть применимы в различных ситуациях.

# Важность развития soft skills для выпускников

- В современном динамичном мире, где рынок труда постоянно трансформируется под воздействием технологического прогресса, глобализации и перемен в экономических реалиях, soft skills или так называемые "мягкие" навыки становятся все более важными для успешной карьеры выпускников. Эти навыки, наряду с профессиональными знаниями и техническими умениями, играют решающую роль в адаптации на рабочем месте, продвижении по карьерной лестнице и развитии лидерских качеств.

# Ключевые soft skills для карьерного роста

- Коммуникативные навыки
- Критическое мышление и решение проблем
- Адаптивность и устойчивость к стрессу
- Умение работать в команде
- Лидерские качества и проактивность

# Вот еще некоторые из наиболее важных soft skills:

1

**Эмоциональный интеллект (EQ):**

Самосознание

Саморегуляция

Эмпатия

Социальные навыки

2

**Управление временем:**

Приоритизация задач

Планирование

3

**Креативность и инновационность:**

Генерация идей

Применение инноваций

4

**Этика и профессионализм:**

Ответственность

Честность и интегритет

# Способы развития soft skills

- Образовательные программы и курсы
- Стажировки и волонтерская деятельность
- Менторинг и наставничество
- Самообразование и саморазвитие
- Обратная связь

# Вот еще некоторые из техник развития soft skills :

1

**Сетевые мероприятия:**

Конференции и форумы

Профессиональные сообщества

2

**Практика осознанности и медитация:**

Медитация

Осознанность

3

**Ролевые игры и симуляции:**

Тренинговые сессии

Имитационные тренинги

4

**Онлайн-платформы для оценки и развития soft skills :**

Платформы типа 360-градусной обратной связи

Игровые тренажёры

# Как понять, какие soft skills нужны лично Вам?

1

## Самооценка:

Анализ текущих навыков

Личностные тесты

3

## Разбор типичных ситуаций:

Анализ рабочих сценариев

Разбор конфликтов

2

## Определение карьерных целей:

Планирование карьеры

Требования роли

4

## Постоянная адаптация и переоценка:

Регулярный пересмотр целей

Адаптация к изменениям

# Как продемонстрировать «мягкие» навыки при трудоустройстве?

1

## Написание резюме и сопроводительного письма

Для успешной демонстрации soft skills в письменных материалах важно следующее:

Конкретные примеры

Ключевые слова

Рекомендации

2

## Подготовка к собеседованию

Подготовка — ключевой элемент демонстрации soft skills на собеседовании:

Ситуационные вопросы (STAR метод)

Репетиция собеседования

3

## Ведение собеседования

Во время собеседования обязательно продемонстрируйте свои soft skills:

Коммуникация

Эмоциональный интеллект

Адаптивность

## Использование кейсов и реальных примеров

Конкретные примеры — лучший способ продемонстрировать soft skills:

Управление конфликтами

Лидерство

Командная работа

4

# Как продемонстрировать «мягкие» навыки при трудоустройстве?

5

## Портфолио и дополнительные материалы

Иногда полезно предоставить дополнительные материалы, которые подтверждают ваши soft skills:

Рекомендательные письма

Проектные отчеты

Профессиональные сертификаты

6

## Постоянное улучшение личного бренда

Ваш личный бренд должен постоянно отражать ваши soft skills:

Сетевые профили

Блог или публикации

7

## Обратная связь

Если у вас были неудачные попытки трудоустройства, попросите обратную связь:

Анализ ошибок

Постоянное обучение

8

## Участие в тестах и оценках

Иногда компании используют оценочные тесты для проверки soft skills:

Подготовка к тестам

Демонстрация навыков в игре

# Заключение

- Регулярная работа над развитием soft skills помогает не только в профессиональной жизни, но и улучшает качество личной жизни, взаимодействия с окружающими и способность адаптироваться к изменяющимся условиям.
- Понимание, какие soft skills нужны конкретному человеку, является важным шагом к профессиональному и личностному росту. Разные люди и профессиональные роли требуют различных навыков для достижения успеха.
- Демонстрация soft skills при трудоустройстве является важной составляющей успеха на собеседовании и в процессе всей карьерной коммуникации.
- Развитие "мягких" навыков позволяет выпускникам не только успешно интегрироваться в трудовую среду, но и обеспечивает уверенное движение по карьерной лестнице, привлекательность для работодателей и возможность построения эффективных профессиональных и персональных отношений. Работа над собой в этом направлении – инвестиции в своё будущее.

**BICCAD**

Biotechnology Company

---

Спасибо за внимание!

Ксения Гарбуз, Александра Бурдинская  
Специалисты направления «Привлечение и подбор»