

Лариса Морковкина

Книга-тренажер для развития Soft Skills



ЛитРес: Самиздат
Москва

УДК 338.24
ББК 87.75
М79

Морковкина Л.

Книга-тренажер для развития Soft Skills / Морковкина Л. —
Москва: ЛитРес: Самиздат, 2021. — 199 с.

ISBN 978-5-532-95048-1

Книга-тренажер для развития Soft Skills. В ней вы найдете 91 практико-ориентированное упражнение для развития soft skills, таких как: 1. критическое мышление; 2. системное мышление; 3. творческое (креативное) мышление; 4. эмоциональный интеллект; 5. дизайн-мышление; 6. проектное мышление; 7. риторика. Каждое упражнение включает: краткую теорию; алгоритм инструмента; пример и задание для размышления. Все задания построены в соответствии со спиральным методом обучения, с цикличной очередностью и нарастающей сложностью. Из книги вы узнаете: что такое Soft Skills; как самостоятельно провести диагностику своих надпрофессиональных умений и как увеличить свою конкурентоспособность на рынке труда.

Содержание

Введение	8
Первый блок. Все про Soft Skills	10
Что такое Soft Skills?	10
Критическое мышление	13
Системное мышление	14
Творческое мышление	16
Эмоциональный интеллект	17
Дизайн-мышление	18
Проектное мышление	20
Риторика	21
Комплексный подход к развитию семи навыков	23
Как провести самодиагностику уровня развития Soft Skills	28
Самодиагностика критического мышления	28
Самодиагностика системного мышления	29
Самодиагностика творческого мышления	30
Самодиагностика эмоционального интеллекта	31
Самодиагностика дизайн-мышления	32
Самодиагностика проектного мышления	33
Самодиагностика ораторского мастерства (риторики)	35
Второй блок. Комплекс упражнений для развития soft skills	37
1. Критическое мышление. «5 "зачем?"»	41
2. Системное мышление. Определение системы	43
3. Творческое мышление. Вопрос-ловушка	44

4. Эмоциональный интеллект. Насколько вы знакомы с эмоциями?	46
5. Дизайн-мышление. Что такое ответственный дизайн?	47
6. Проектное мышление. Что такое проект?	49
7. Риторика. «Определение риторики»	51
8. Критическое мышление. Правила определения	53
9. Системное мышление. Системная вертикаль	55
10. Творческое мышление. Ярмарка фантазий	56
11. Эмоциональный интеллект. «О чем говорят эмоции»	57
12. Дизайн-мышление. Способности дизайн-мыслителя	59
13. Проектное мышление. Проблема как суть проекта	60
14. Риторика. Главное правило ратора	62
15. Критическое мышление. Как научиться думать критически?	63
16. Системное мышление. Учимся видеть и строить простую закономерность	65
17. Творческое мышление. Гибкость мышления	66
18. Эмоциональный интеллект. «Колесо эмоций»	67
19. Дизайн-мышление. Рациональная форма	70
20. Проектное мышление. Мой проект	71
21. Риторика. Аргументация	73
22. Критическое мышление. Аргументы	75
23. Системное мышление. Признаки системы	77
24. Творческое мышление. «Шесть шляп мышления»	79
25. Эмоциональный интеллект. Модель эмоционального интеллекта	80
26. Дизайн-мышление. Smart-дизайн	81

27. Проектное мышление. Проблема и виденье	82
28. Риторика. Базовая схема риторического выступления	84
29. Критическое мышление. «Думай медленно, решай быстро»	85
30. Системное мышление. Один – это много	87
31. Творческое мышление. Идеальный Конечный Результат – ИКР	88
32. Эмоциональный интеллект. Мои ценности	89
33. Дизайн-мышление. «Предмет и ассоциации»	91
34. Проектное мышление. Проект как система	92
35. Риторика. Сократова дискуссия	95
36. Критическое мышление. «Враги» критического мышления»	97
37. Системное мышление. «Системная пятерка»	100
38. Творческое мышление. «Метод числовой оси»	103
39. Эмоциональный интеллект. Алгоритм развития эмоционального интеллекта	104
40. Дизайн-мышление. Функции дизайна	105
41. Проектное мышление. «Проектный треугольник»	107
42. Риторика. «Как построить убеждающий текст?»	110
43. Критическое мышление. Фактчекинг	112
44. Системное мышление. Системный эффект	113
45. Творческое мышление. «Метод морфологического ящика»	114
46. Эмоциональный интеллект. Эмпатия	116
47. Дизайн-мышление. Эмпатическое слушание	118
48. Проектное мышление. Критерии успешности проекта	120
49. Риторика. Харизматичность	121

50. Критическое мышление. Способы противодействия манипуляциям	123
51. Системное мышление. Моделирование	125
52. Творческое мышление. Мозговой штурм	127
53. Эмоциональный интеллект. «Два вида эмоций: первичные и вторичные»	128
54. Дизайн-мышление. «Карта эмпатии»	131
55. Проектное мышление. Наш проект в мире больших систем	133
56. Риторика. Присутствие	135
57. Критическое мышление. Рефлексия	137
58. Системное мышление. Mind-map	139
59. Творческое мышление. Запускаем творчество с чистого листа	140
60. Эмоциональный интеллект. Разгрузочный фрирайтинг	141
61. Дизайн-мышление. Фокусировка	142
62. Проектное мышление. Целеполагание	144
63. Риторика. Вопросы Сократа для поддержания беседы	146
64. Критическое мышление. Информационный поток . .	147
65. Системное мышление. Системный оператор	149
66. Творческое мышление. Цель – средства	151
67. Эмоциональный интеллект. Истинная цель	152
68. Дизайн-мышление. «Как бы мы могли...»	154
69. Проектное мышление. Стейкхолдеры	155
70. Риторика. Черная риторика и способы защиты	157
71. Критическое мышление. Ловушка восприятия	160
72. Системное мышление. «Куб мышления»	162
73. Творческое мышление. Круги Эйлера	165

74. Эмоциональный интеллект. Икигай	167
75. Дизайн-мышление. Выбор идеи / Диаграмма Венна	169
76. Проектное мышление. Фазы проекта	171
77. Риторика. Как побудить к действию?	172
78. Критическое мышление. Эмоции и принятие решений	174
79. Системное мышление. Петля обратной связи	176
80. Творческое мышление. Метод фокальных объектов	177
81. Эмоциональный интеллект. Первое положительное впечатление	179
82. Дизайн-мышление. Прототипирование	180
83. Проектное мышление. MVP	181
84. Риторика. Метод Сократа «Три Да»	183
85. Критическое мышление. Конформизм	185
86. Системное мышление. «Колесо баланса жизни»	186
87. Творческое мышление. Упражнение «хорошо-плохо»	188
88. Эмоциональный интеллект. Ментальные модели	190
89. Дизайн-мышление. Матрица тестирования	192
90. Проектное мышление. Roadmap	194
91. Риторика. Сторителлинг	196
В завершение	199

Введение

Как возникла идея данной книги?

Идея книги возникла под влиянием огромного желания перестать говорить, а больше делать. Перестать рассуждать о том, что:

- мы живем в мире молниеносных перемен;
- искусственный интеллект приведет к глобальным изменениям на рынке труда, оставив безработными миллионы людей в ближайшем будущем.
- сегодняшние прибыльные профессии исчезнут, а новые профессии будут неразрывно связаны с гибкими навыками, сильным мышлением;
- и наконец, насколько важно развивать soft skills, навыки будущего.

Пора от слов переходить к делу.

Перед вами книга-тренажер с 91 практико-ориентированным упражнением, направленным на комплексное развитие:

1. критического мышления;
2. системного мышления;
3. творческого (креативного) мышления;
4. эмоционального интеллекта;
5. дизайн-мышления;
6. проектного мышления;
7. риторики.

Почему я хочу с вами поделиться своим опытом?

Моя постоянная жажда знаний помогла мне перерасти роль вечного студента (изучающего бизнес, психологию, мышление, ТРИЗ) и стать методологом, впрочем, учиться я продолжаю до сих пор.

Быть методологом – это означает:

- отслеживать тренды в области образования;
- знать прогнозы, которые произойдут на рынке труда;

- понимать, какими современными компетенциями необходимо обладать в 21 веке;
- знать самые актуальные образовательные программы;
- постоянно находиться в окружении настоящих экспертов своего дела;
- уметь анализировать различные методы и создавать новые актуальные образовательные продукты;
- проводить обучение, на практике видеть результативность, получать обратную связь, после чего заново приступать к созданию новой улучшенной программы.

В подобном цикле вечных знаний я нахожусь уже более 20 лет, плюс опыт компании ProSoftSkills, которая специализируется на разработке образовательных программ и состоит из экспертов в области: бизнеса; инноваций; психологии управления; ТРИЗ (теория решения изобретательских задач). В результате у меня появился большой опыт, которым хочу поделиться с вами, мои дорогие читатели.

Как работать с данной книгой?

Перед вами книга-тренажер для развития soft skills, она состоит из двух основных блоков:

1. базовая информация для понимания, что такое soft skills, плюс тест для самодиагностики;
2. практико-ориентированные упражнения для комплексного развития soft skills.

Мне хотелось бы подчеркнуть, что главная цель книги не в том, чтобы очередной раз напугать вас неминуемыми переменами и рассказать о важности развития навыков будущего, а дать вам возможность вооружиться практико-ориентированными упражнениями, обогатить свое ресурсное состояние для увеличения конкурентоспособности на рынке труда.

Первый блок. Все про Soft Skills

Что такое Soft Skills?

Soft skills, дословно в переводе с английского обозначает «мягкие навыки», – это надпрофессиональные умения, которые помогают нам взаимодействовать и развиваться на работе. Если раньше принципиально важны при трудоустройстве были ваши профессиональные навыки – hard skills, то сейчас важнее становятся ваши гибкие навыки – soft skills. Именно они помогают нам налаживать отношения на работе, видеть перспективы, проявлять адаптивность, быть клиентоориентированным, уметь работать в проектной команде и презентовать свои результаты. Soft skills – это наши возможности в мире будущих профессий.

Многие компании, работодатели понимают важность развитых гибких навыков, навыков будущего и уже сейчас ориентируются на наличие данных умений при приёме на работу или при назначении на новую должность. Человек, который обладает развитыми soft skills, – это практически человек будущего, а значит, он или она обладают максимальной конкурентоспособностью на рынке труда и интересны работодателю.

Дополнительный аргумент к тому, что soft skills – это ваши новые возможности, я как автор приведу из своей личной практики. Наша компания ProSoftSkills ориентирована на развитие soft skills, разработку образовательных программ для детей и взрослых. Мы проводим лекции, семинары для частных компаний, и всё это нам позволяет видеть нарастающий интерес к данной теме с каждым днём. Интерес к развитию soft skills проявляется с двух сторон: со стороны работодателей и со стороны сотрудников.

Руководители заинтересованы в развитии soft skills своих сотрудников с целью формирования сплочённого коллектива. Они ожи-