

Сделать карьеру, добиться вершин на профессиональном поприще – это **МЕЧТА** многих. И очень достойная **ЦЕЛЬ**.

Как её достичь?

Хороший специалист – это не только работник, обладающий высокими профессиональными знаниями и навыками (**hard skills**).

При подборе персонала работодатели уделяют большое внимание **ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫМ КАЧЕСТВАМ ЛИЧНОСТИ** – одним из главных факторов успешности в профессиональной деятельности (**soft skills**).

ОСНОВНЫЕ КАЧЕСТВА, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ УСПЕШНОГО ВЫПОЛНЕНИЯ ЛЮБОЙ РАБОТЫ:

- **Волевые характеристики:** целеустремленность, инициативность, настойчивость, решительность, самообладание
- **Интеллектуальное развитие и обучаемость**
- **Коммуникабельность**
- **Ответственность**
- **Гибкость**
- **Мобильность**
- **Работоспособность**
- **Креативность**
- **Стрессоустойчивость**

**КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТЬ
НА РЫНКЕ ТРУДА**

КОММУНИКАбельность



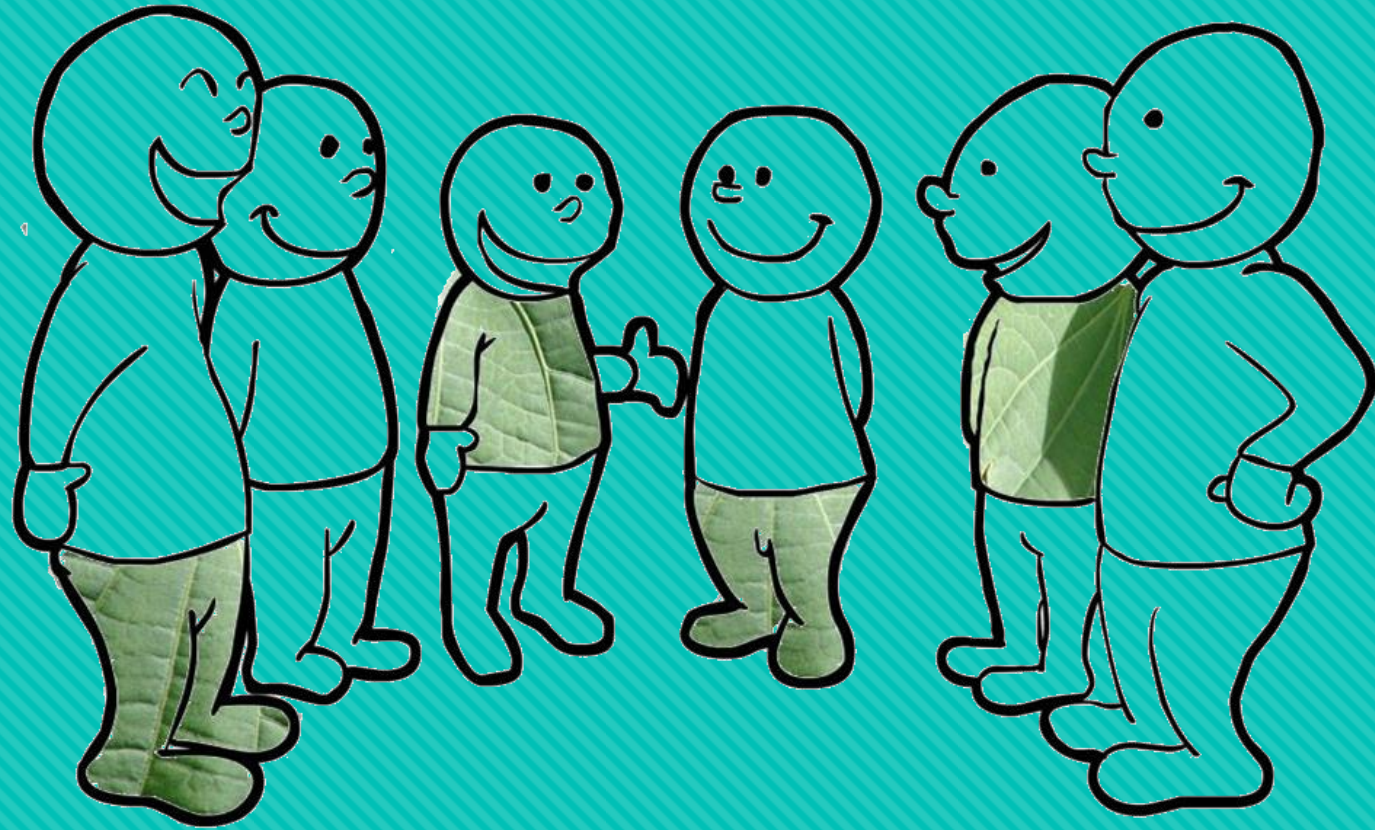
КАК ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЙ КОМПОНЕНТ
профессиональной деятельности

<http://www.характер.net/virtues/moscow/sociability/desc.php>

<https://wikiphile.ru/kommunikabelnost-что/>

Коммуникабельность включает в себя целый набор навыков:

- невербальное общение,
- активное слушание,
- управление эмоциями,
- умение отстаивать свою точку зрения,
- понимание эмоций собеседника.



КОММУНИКАТИВНАЯ УСТАНОВКА - клише реагирования, привычка

отвечать заученным способом на знакомые жизненные ситуации, повторяющиеся социальные явления, часто встречающиеся типы людей.

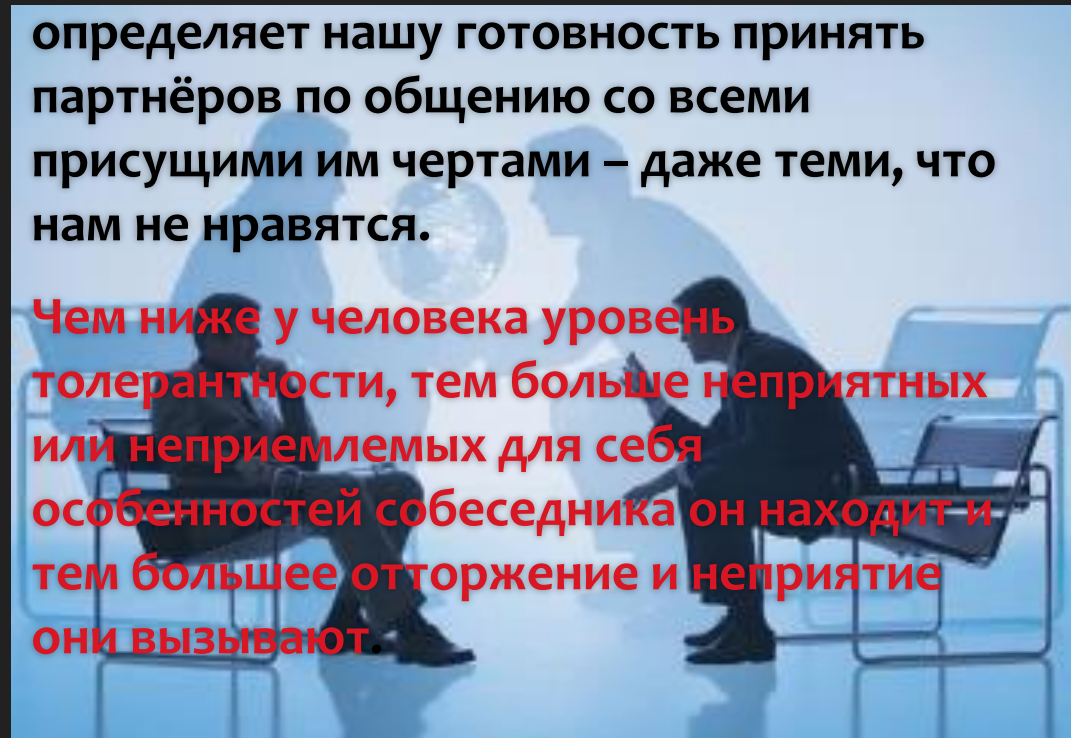
Коммуникативная толерантность -
терпимость к чужому мнению, эмоциям
и словам других людей, их образу
действий и некоторым иным аспектам,
проявляющимся в рамках коммуникации



Коммуникативная толерантность

определяет нашу готовность принять партнёров по общению со всеми присущими им чертами – даже теми, что нам не нравятся.

Чем ниже у человека уровень толерантности, тем больше неприятных или неприемлемых для себя особенностей собеседника он находит и тем большее отторжение и неприятие они вызывают.



ДИАГНОСТИКА КОММУНИКАТИВНОЙ ТОЛЕРАНТНОСТИ

(В.В. Бойко)

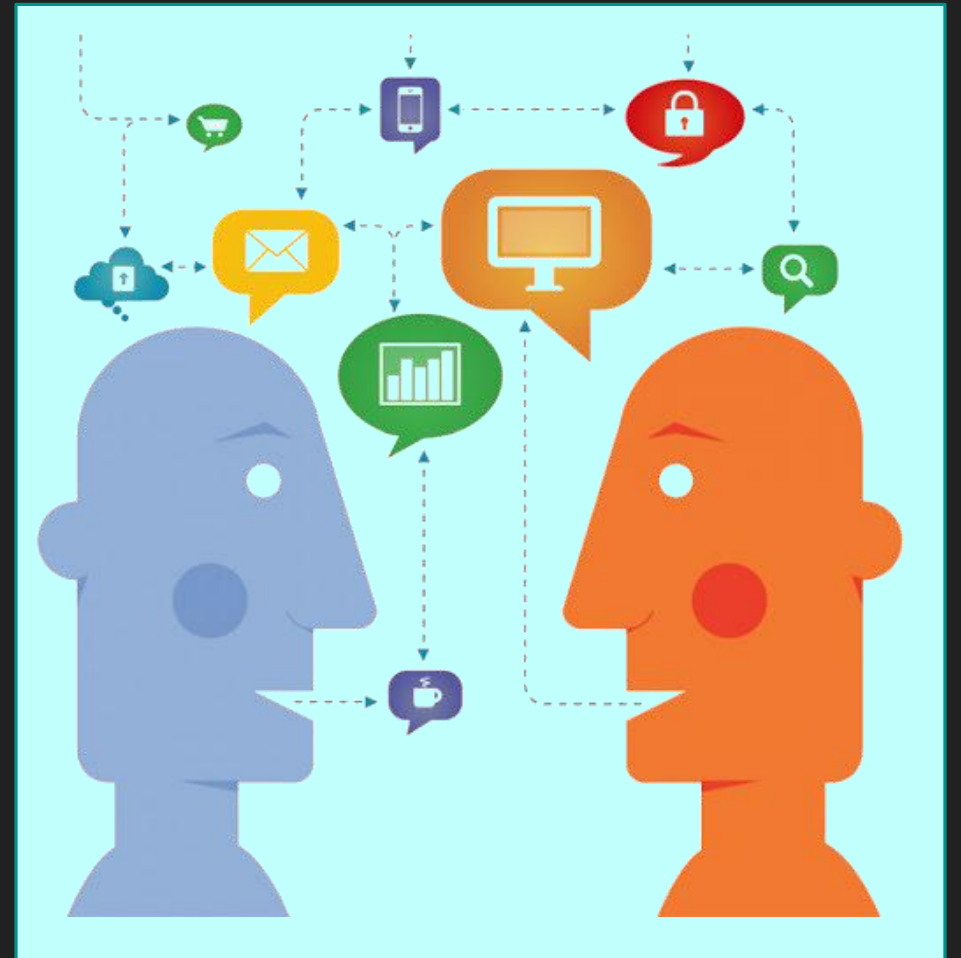


ОБЩЕНИЕ? КОММУНИКАЦИЯ?



- процесс взаимосвязи и взаимодействия общественных субъектов (**классов, групп, личностей**), в котором происходит обмен деятельностью, информацией, опытом, способностями, умениями и навыками, а также результатами деятельности;
- **один из основных видов жизнедеятельности человека**, обеспечивающий его существование и развитие как личности;
- **ведущий вид деятельности в среднем школьном возрасте**

ОБЩЕНИЕ



Общение – непростой процесс поддержания и налаживания социальных и межличностных контактов – происходит за счёт
• коммуникации, • восприятия собеседника и • взаимодействия с ним.

Коммуникация – это процесс обмена информацией, являющийся неотъемлемой частью общения.

Коммуникация


- не затрагивает сложных межличностных связей, непрерывно возникающих между субъектами общения;
- не имеет отношения к образному мышлению, которым пользуются все без исключения люди, общаясь друг с другом;
- в неё не включены аспекты межличностного взаимодействия между людьми.

Эффективное общение

это передача информации нужному адресату и получение желаемой обратной связи путём воздействия и привлечения внимания, это не только получение самой информации, но и понимание намерений, стоящих за ней.

- **Навык эффективного общения** – это один из самых важных и нужных навыков, позволяющих справляться с любой жизненной ситуацией. Вероятность добиться успеха на работе и в обществе, завоевать уважение среди друзей и членов семьи, у детей, супруга, начальника или коллег – всё это зависит от того, насколько эффективно вы умеете общаться

Компоненты эффективного общения

- Информация
 - Эмпатия
 - Рефлексия
 - Межличностное взаимодействие
- 

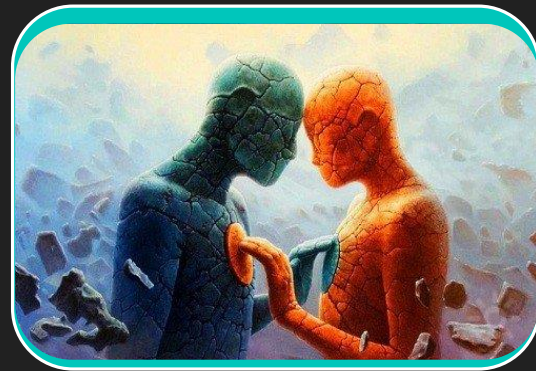
! **Эффективное общение начинается с невербальных сигналов:**

- Поза
- Жесты
- Мимика
- Выражение глаз

<https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/informaciya-cto-eto-takoe-vidy-svoystva-informacii.html>
<https://www.tadviser.ru/index.php/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D1%8F:%D0%98%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F>



Информация



Эмпатия



Рефлексия



Межличностное взаимодействие



<https://postnauka.ru/lists/101861>
<https://www.youtube.com/watch?v=gJygLlpSgOA>

<https://www.psychologos.ru/articles/view/refleksiya>
<https://knife.media/know-thyself/>

https://studme.org/161539/psihologiya/mezhlichnostnye_vzaimodeystviya