



Asoc. Professore, Dr.psych. Daina Škuškoviņa

KAS IR STARPNOZARU PRASMES JEB „SOFT SKILLS”?

Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas (OECD) ziņojumā par 21. gadsimta vajadzībām atbilstošu izglītības politiku uzsvērts, ka sekmīgai dzīvei un darbam zināšanu sabiedrībā studentam mācībās jāiegūst padziļināta konceptuāla izpratne par pasauli, nevis virspusēji fakti un procedūras. Pasaules Ekonomikas forums savā 2020.gada ziņojumā norāda, ka nākamajos piecos gados būs izteikta tehnoloģiska attīstība, kas pieprasīs padziļinātas starpnozaru prasmes.

Pēc uzņēmēju domām tuvāko piecu gadu laikā pieprasītākās prasmes būs kritiskā domāšana un problēmu risināšana spējas. Savukārt šobrīd pieprasītāko prasmju sarakstam pievienojas pašorganizācijas prasmes – aktīvā mācīšanās, izturība, stresa tolerance un fleksibilitāte.



Avots: „*Future job report*”, Pasaules Ekonomikas forums, 2020.gada oktobris.

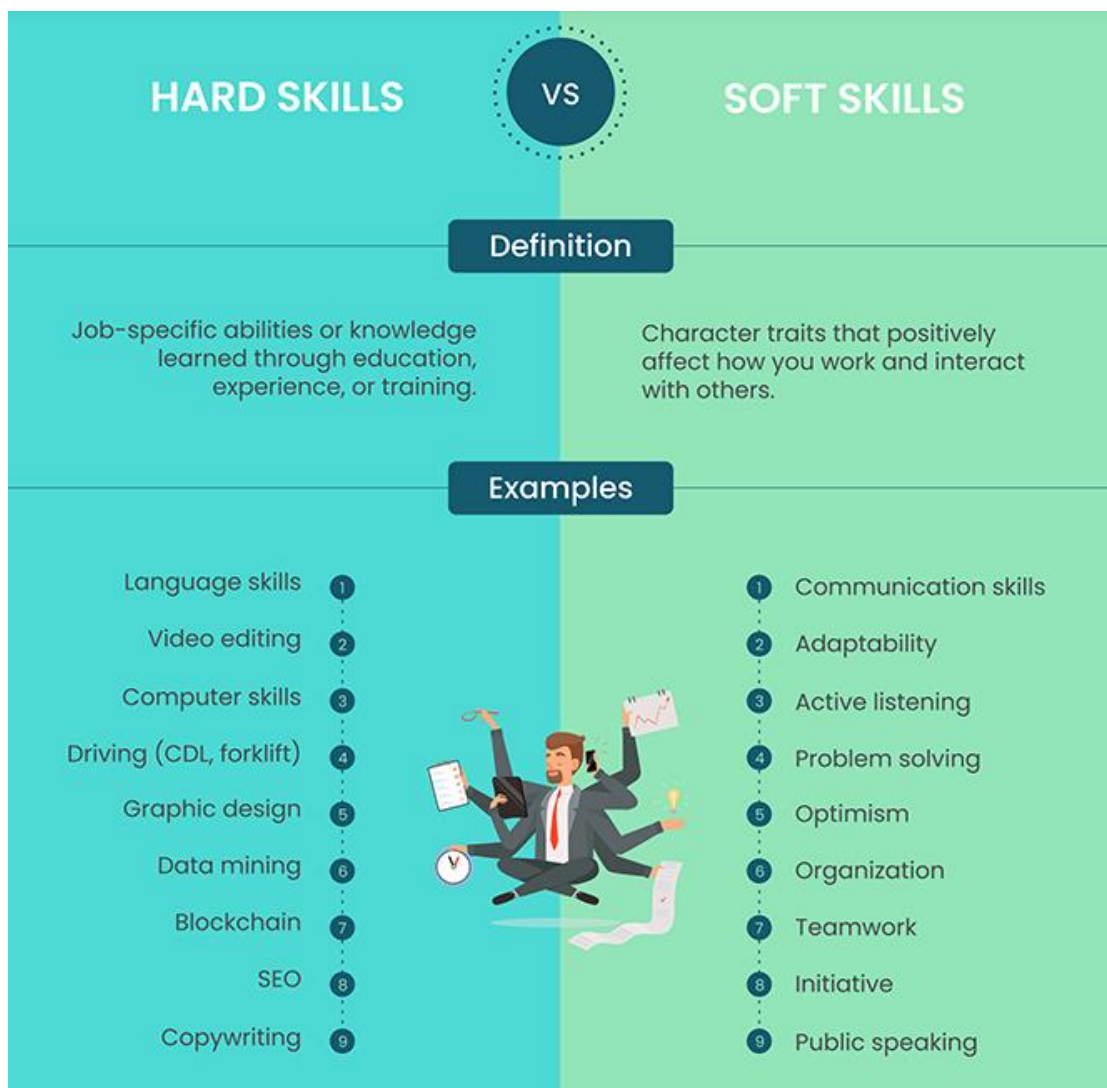
Ar pilnu ziņojumu var iepazīties [ŠEIT](#)



Prasmes ir spēja un kapacitāte organizēt un izpildīt procesus un cilvēka spēja pielietot zināšanas atbildīgā un atbilstošā veidā lai sasniegtu mērķi. Prasmes ir holisistkā kompetenču koncepta sastāvdaļa, kas ietver zināšanu mobilizāciju, prasmes, attieksmes un vērtības, kas palīdz sasniegt uzstādīto mērķi vai pieprasījumu (OECD ziņojums, „Skills for 2030”, ar ziņojumu var iepazīties [ŠEIT](#)).

„Cietās prasmes” (*Hard skills*) ir metodes vai zināšanas, kuras cilvēks apgūst skolā vai apmācībā darba vietā. „Cieto prasmju” piemēri ir IT programmēšanas valoda, medmāsas prasme veikt injekciju, pedagoga spēja iemācīt 1. klases skolēnu lasīt.

Starpnozaru prasmes, reizēm sauktām arī par „mīkstajām prasmēm” (*Soft skills*), ir saistītas ar personību, cilvēku prasmēm un darba ētiku. Lielākā daļa šo prasmju, kas cilvēkam piemīt, nav viņam tieši mācītas, tās veidojušās dzīves pieredzes laikā gan ģimenē, gan skolā, gan komunicējot ar draugiem.



Avots: „Future job report”, Pasaules Ekonomikas forums, 2020.gada oktobris.

Vairāk par *Soft skills* un *Hard skills* atšķirībām lasīt [ŠEIT](#)

[Noskatieties video par šo tēmu](#)

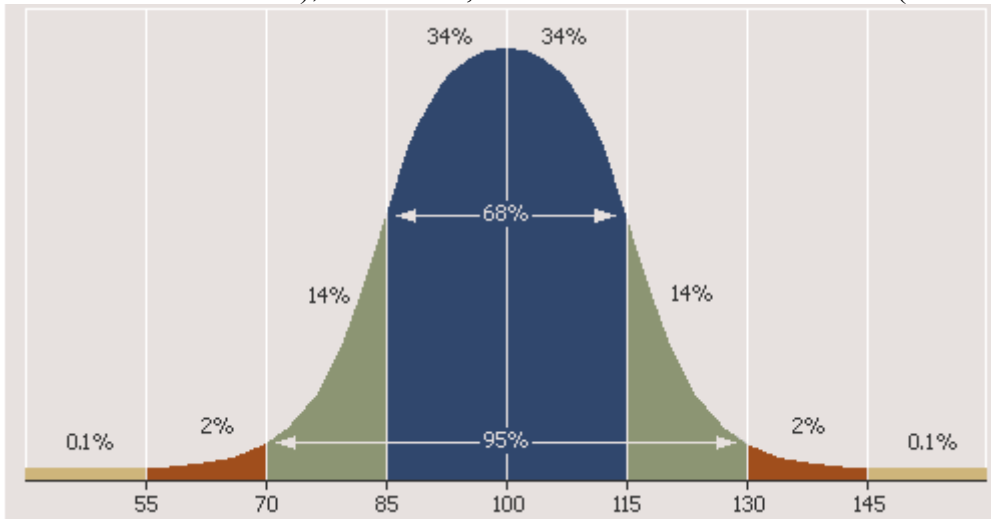
Lai attīstītu nākotnē nepieciešamās spējas un prasmes, indivīdam nepieciešams labi izprast savu personību, apzināties savas stiprās un vājās puses un apzināti pieņemt lēmumu par savu prasmju, spēju attīstīšanu.

PERSONĪBA

Par efektīvu parasti tiek uzskatīts cilvēks, kura rīcība ir saskaņota ar viņa vai viņas spējām, uzskatiem, vērtībām un identitātes vai misijas izjūtu. Cilvēka Es-koncepcija jeb personiskā identitāte ietver personas atšķirīgās lomas, arī personiskās iezīmes un spējas. Identitāte nav kaut kas tāds, ko cilvēks manto piedzimstot. Identitāte izveidojas un attīstās, cilvēkam augot caur „novērošanas un atspoguļošanas” procesu. Piederība dažādām, viņam nozīmīgām grupām, veido indivīda sociālo identitāti.

Katram indivīdam konkrēta personības īpašība, spēja vai prasme var izpausties ar mazāku vai lielāku intensitāti. Piemēram, kāds cilvēks ir vairāk strādīgs, kāds cits – mazāk. Kādam cilvēkam izdodas viegli un nepiespiesti komunicēt, citam tas sagādā zināmas grūtības. Kādam no mums matemātikas uzdevumu atrisināšana sagādā grūtības, tai pat laikā kāds cits tos spēj atrisināt pavisam viegli.

Ja kāds veiktu pētījumu un lūgtu visus kādas valsts noslēguma klašu skolēniem nodziedāt populāru savas tautas dziesmiņu, tad, vērtējot skolēnu sniegumu (melodiska precizitāte un vārdu zināšana), visticamāk, rezultāti būtu “normāli sadalīti” (skat. 1. attēlu).



1.attēls: Kādas pazīmes (spējas, prasmes) novērtējuma sadalījums

Avots

Aptuveni 70 % respondentu uzrādītu puslīdz līdzīgu “normālu” jeb vidēju rezultātu. Bet – aptuveni 15% dziesmiņu dziedātu sliktāk kā lielākā daļa respondentu, jo viņu prasme nodziedāt šo dziesmu būtu zemākā. To var ietekmēt ļoti atšķirīgi faktori - varbūt kādam piemīt iedzimti valodas defekti, muzikālā dzirde attīstīta ļoti slikti, varbūt kāds nespēj iemācīties vārdus. Taču tas, ka viņi nespēj tik pat labi kā lielākā daļa viņu vecuma skolēnu nodziedāt šo dziesmiņu nenozīmē, ka viņi, ja vērtētu kādas citas prasmes šiem pašiem respondentiem, nevarētu būt šī sadalījuma otrā pusē, kur attēlā atrodas tie, kam attiecīgā prasme ir vairāk izteikta kā lielākai daļai respondentu. Dziesmiņas gadījumā – tie būtu aptuveni 15% respondentu, kuru prasmes nodziedāt dziesmiņu būtu novērtētas augstāk, šie respondenti, visticamāk, būtu attīstījuši savas iedzimtās spējas, būtu trenējuši tās, spētu sniegt augstvērtīgu priekšnesumu.



Katru cilvēku – viņa prasmes, spējas, iezīmes, iespējams raksturot ar tūkstošiem pazīmju. Katrai personībai eksistē liels daudzums viņu raksturojošu pazīmju (aptuveni 15% no visām), pēc kurām šī personība atrodas 1. attēlā attēlotā sadalījuma labajā pusē – pēc šīs prasmes vai pazīmes, konkrētais cilvēks spēj paveikt vairāk, ir efektīvāks, talantīgāks, ģeniālāks kā pārējie.

Diemžēl katru cilvēku raksturo arī aptuveni 15% viņa prasmju, spēju, iezīmju, pēc kurām viņš ir sadalījuma kreisajā pusē - pēc šīs prasmes vai pazīmes konkrētais cilvēks spēj paveikt mazāk, ir neefektīvāks, ne tik talantīgs kā pārējie.

Atliek vēl 70% katra cilvēka prasmju, spēju, iezīmju pēc kurām viņš ir sadalījuma vidū – “normāli” prasmīgs, līdzīgs pārējiem.

Nobela prēmiju laureāti ekonomikā Daniels Kahnemans (*Daniel Kahneman*) un Ričards Tālers (Kahneman, Thaler) savos darbos balstās uz personības domāšanas sistēmu raksturojošu dimensiju.

Pēc šīs dimensijas, 1. sistēmas cilvēki, kas lēmumus pieņem automātiski, ātri, bez garīgas piepūles (vai ar minimālu piepūli), bez apzinātas kontroles un apjausmas, viegli maina savu viedokli. Viņiem piemīt tikai neliela apjausma par to, kas notiks nākotnē. Šādiem cilvēkiem bieži nepieciešama aizsardzība pret tiem, kuri izmanto viņu vājos punktus (nelasa līgumos „mazos burtus”, viegli padodas elementārai reklāmai u.c.). Savukārt 2. sistēmas cilvēki spēj aktīvi izmantot domāšanas racionalitāti, pievērš uzmanību ar piepūli saistītajām mentālajām darbībām. Cilvēki lēmumus pieņem apzināti, plāno savu nākotni, uzņemas atbildību par saviem lēmumiem. Vairāk lasiet [ŠEIT](#).

Pieņemt lēmumus ātri un impulsīvi vai arī apdomājot visu un izsverot? Uz šo jautājumu nav vienas pareizās atbildes, abiem veidiem ir savas priekšrocības un trūkumi. Vairāk par šo tēmu un tipiskajām „ātras domāšanas kļūdām” varat lasīt Daniela Kānemana (*Daniel Kahneman*) grāmatā „*Thinking Fast and Slow*”.

Ja cilvēks apzināti izvērta mērķi pilnveidot sevi, paša ziņā ir izlemt, uz ko koncentrēties – uz savu talantu apzināšanu un attīstīšanu vai uz savu ne tik labi attīstīto prasmju un spēju trenēšanu.

PERSONĪBAS TIPI

Personības iezīme ir relatīvi stabils veids, kā cilvēks izjūt un pauž savas emocijas, domā un uzvedas. Katra cilvēka unikalitāti veido katram indivīdam raksturīga atšķirīga personības iezīmju kombinācija un to savstarpējā mijiedarbība. Izmantojot to, ka dažādas pazīmes veido iepriekš aprakstīto normālo sadalījumu, vieglākai vizuālai uztverei bieži tiek izmantoti divu faktoru modeļi, kas ļauj uzskatāmi demonstrētu personību atšķirības. Tomēr svarīgi atcerēties, ka tās 2 pazīmes, kuras tiek aplūkotas kāda konkrēta modeļa ietvaros, var nebūt tās, kas ir dominējošās konkrētai personībai, jo, kā jau minējām, aptuveni 70% cilvēku attiecīgās dimensijas nebūs izteiktas, atradīsies “normas” līmenī.

Kā populārāko varam minēt Hansa Aizenka (*Hans Eysenck*) divfaktoru personības modeli, kura ietvaros tiek aplūkotas divas personības dimensijas: ekstraversija-intraversija un neirotizms - emocionālā stabilitāte. Vairāk informācijas atradīsiet [ŠEIT](#).

Izteikti ekstravertu cilvēku raksturo sabiedriskums, atvērtība, skaļums, impulsivitāte, bezrūpība, aktivitāte, možums, uzstājīgums, dominēšana, iespaidu meklēšana, savukārt izteiktu introvertu raksturo kautrīgums, klusums, nesabiedriskums, emocionāla rezervētība, atturība saskarsmē, izvairīšanās no impulsīvas rīcības un riska, priekšrokas došana labi sakārtotai dzīvei.



Cilvēkus ar augstu neirotizismu raksturo nervozums, nemiers, vainas izjūta, zems pašvērtējums, iracionalitāte, drūms garastāvoklis, emocionālā nenoturība, kautrīgums, biežas garastāvokļa svārstības, tendence kļūt bēdīgam, sarūgtinātam, emocionāli jūtīgam. Emocionāli stabilus cilvēkus raksturo mierīgums, izteikta stresa noturība, sīkstums, briedums un labas spējas adaptēties.

Aizenka izdalītie četri personības tipi ir līdzīgi temperamenta tiptiem, ko jau izvirzīja Hipokrāts. Augsts neirotizisms un augsta ekstraversija atbilst holēriskajam temperamenta tipam. Augsts neirotizisms un zema ekstraversija atbilst melanoliskajam tipam. Zems neirotizisms, augsta ekstraversija ir raksturīga sangvīnajam tipam, un zems neirotizisms, zema ekstraversija piemīt flegmātiskajam temperamenta tipam.

Aizenka personības divdimensionālo modeli iespējams izmantot, lai gūtu ieskatu savā personībā, tomēr gan pats Aizenks, gan arī citi pētnieki atzinuši, ka, lai precīzāk analizētu personību, nepieciešams modeli papildināt ar vēl citiem faktoriem.

Piemēram, diezgan plaši lietotā [MBTI jeb Majjersas-Brigsas tipu indikatora](#) izstrādātāji balstās uz Karla Gustava Junga atziņu pamatiem un nosauc četrus personības pamatfaktoros jeb dihotomijas: apziņas orientāciju (ekstraversija jeb vērstība uz āru vai introversija jeb vērstība uz sevi), informācijas atlases veidu (empīrisks vai uz savu pasaules priekšstatu balstīts), lēmumu pieņemšanas veidu (racionāls vai emocionāls), kā arī darbību plānošanu (plānošana vai vadīšanās no apstākļiem).

Zinātniskos pētījumos bieži tiek izmantots [Ketela \(Cattel\) 16 personības faktoru modelis](#), pēc kura iezīmes, ar kurām pēc domām iespējams aprakstīt personību, ir šādas: noslēgtība-atvērtība, zems intelekts-augsts intelekts, emocionālā nenoturība-emocionālā noturība, pakļāvība-uzņēmība, bezrūpība-atbildība, negodīgums-augsta morāle, nedrošība-drošsirdība, cietsirdība-mīkstsirdība, aizdomīgums-uzticēšanās, sapņainība-praktiskums, naivitāte-saprātīgs aprēķins, tieksme uz vainas izjūtu-pašpārliecinātība, frigiditāte-plastiskums, atkarība no grupas patstāvība, zema uzvedības paškontrolē-augsta uzvedības paškontrolē, sasprindzinātība-atraisītība.

Viena no atzītākajām mūsdienu personības iezīmju teorijām ir [Costa & McCrae izstrādātais „Lielā Piecinieka” \(Big Five\) modelis](#), kas apraksta personību piecās dimensijās: neirotizisms, ekstraversija, labvēlīgums, apzinīgums un atvērtība pieredzei. Katrai šai iezīmei ir seši apakšfaktori. Neirotizismu raksturo nervozitāte, nedrošība, nepārliecinātība par sevi, emocionalitāte, trauksmainums, sevis žēlošana, grūtsirdība. Ekstraversijai ir raksturīga pašpārliecinātība, aktivitāte, sabiedriskums, komunikabilitāte, orientācija uz attiecībām. Labvēlīgumu raksturo sirsnīgums, laipnība, izpalīdzīgums, vēlme palīdzēt un sadarboties, spēja piedot. Apzinīgumam ir raksturīga disciplinētība, organizētība, atbildīgums, strādīgums, neatlaidība, mērķtiecība. Atvērtību pieredzei raksturo iztēle, radošums, plašas intereses, zinātkāre.

KĀ APZINĀTIES PĀRMAIŅU NEPIECIEŠAMĪBU?

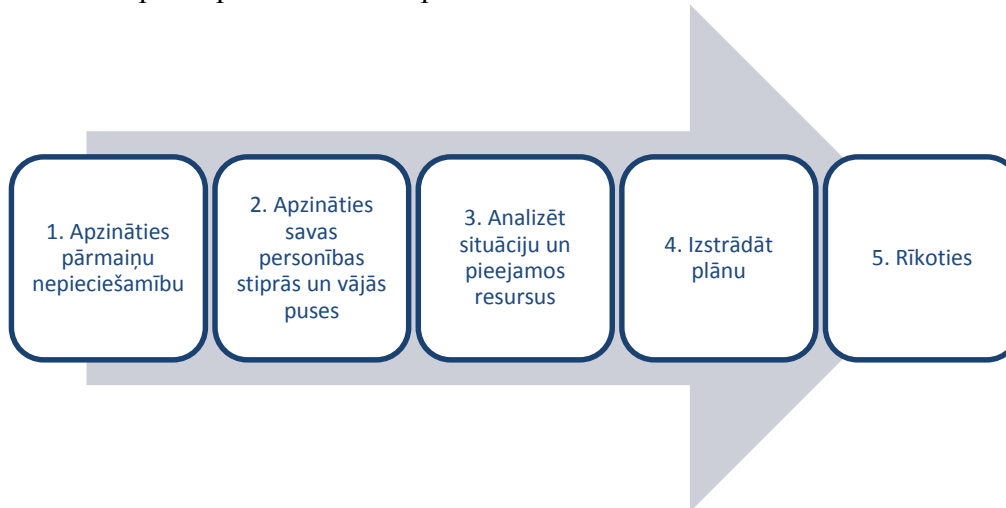
Lai pieņemtu lēmumu par pārmaiņu nepieciešamību, noderīgs būs profesora Bila Burneta (*Bill Burnett*) izstrādātais modelis – pieci soļi, kas palīdzēs veidot dzīvi kādu Tu vēlies (*5 steps to designing the life you want*).

Noskaties Bila Burneta TEDx runas [VIDEO](#).



Viens un tas pats cilvēks, nonākot dažādos apstākļos, var rīkoties ļoti atšķirīgi, pat vispazīņātākā personības izpēte neļauj 100% droši paredzēt cilvēka rīcību reālā situācijā. Tomēr – lai izprastu sevi, maksimāli apzināto pieņemtu lēmumus par savu pilnveidi, pārmaiņām savā dzīvē, šāda izpēte var būt lietderīga.

Piedāvājam 5. soļu metodi, kas var palīdzēt pieņemt lēmumu par nepieciešamību apzināti kādā aspektā pilnveidot savu personību.



1. solis. Apzināties pārmaiņu nepieciešamību.

Pārmaiņu nepieciešamību cilvēks apjauš, gan saņemot ārējus pamudinājumus (draugu, vecāku, pasniedzēju, tiešo vadītāju paustā atgriezeniskā saite), gan apzinoties savu nepietiekošo prasmi paveikt kādu lietu, gan sajūtot stresu par to, kā izdosies realizēt kādu ieceri.

2. solis. Apzināties savas personības stiprās un ne tik stiprās puses.

Šobrīd daudzi personības izpētes testi pieejami tiešsaistē, iegūstot arī testa rezultātu interpretāciju. Katrs indivīds to var izmantot kā ieskatu savā personībā. Tomēr jāatceras, ka profesionāli personības izpētes instrumenti ir sertificētu psihologu darba instrumenti.

[ŠAJĀ](#) mājas lapā atadīsiet apkopojumu par personību teorijām un pētījumiem.

[ŠAJĀ](#) mājas lapā varat uzzināt vairāk par psiholoģijā izmantotajiem personību testiem.



Šeit iespējams iegūt papildus informāciju un noteikt savas personības stiprās un vājās puses tiešsaistē

Testi temperamenta noteikšanai:

<https://www.temperamentquiz.com/>

<https://www.strategicaction.com.au/keirse-temperament-sorter-questionnaire>

Janga personības tests:

<https://www.123test.com/jung-personality-test/>

DISC personības tests:

<https://www.123test.com/disc-personality-test/>

Katella 16 personības faktoru tests (*Cattell's 16 personality factors test*):

<https://psycho-tests.com/test/cattell-16pf>

Big Five personības tests:

<https://www.123test.com/personality-test/>

3. solis. Analizēt situāciju un pieejamos resursus.

Izmantojot Roberta Dilta (*Robert Dilts*) izstrādāto loģisko līmeņu modeli, iespējams labāk saprast dažādos līmeņus, kuros mēs piedzīvojam savu pasauli. Loģisko līmeņu modelis viegli izmantojams, lai izprastu un apzinātos pārmaiņu nepieciešamību, lai pieņemtu lēmumu par mērķi, ko cilvēks vēlas sasniegt, lai izvēlētos konkrētas darbības.

Analizējot resursus, jāpadomā arī par to, vai kā resursu nebūtu iespējams izmantot sarunu ar konsultantu, personības attīstības speciālistu, psihologu. Varbūt noderētu saruna ar kādu cilvēku, kurš līdzīgu situāciju jau ir risinājis vai šobrīd risina.

4. solis. Izstrādāt plānu.

Pētījumi liecina, ka cilvēki, kas apzināti izvirza mērķus, to sasniegšanas brīdī savu laimes izjūtu vērtē augstāk kā tie, kas arī ir sasnieguši to pašu mērķi, bet – tas nav noticis apzināta lēmuma rezultātā. Ir būtiski apzināti izvirzīt tuvāku un tālākus mērķus, izveidot apzinātu plānu. Jāatceras, ka mērķiem ir jābūt konkrētiem, izmērāmiem un sasniedzamiem.

5. solis. Rīkoties.

Lai stimulētu jaunu paradumu ieviešanu un nodrošinātu jauno darbību saglabāšanu ilgtermiņā, izstrādājot plānu, jāparedz “mazās virsotnes”, kuras sasniedzot, cilvēks sev patīkamā veidā sniedz sev nelielu “balvu” (kas, protams, katram būs pilnīgi individuāla). Lai plāna realizāciju būtu vieglāk uzsākt, ieteicams jau plāna akceptēšanas brīdī paveikt kaut mazu soli tā realizācijā (ja nolemts sākt apmeklēt peldbaseinu, tad jau šodien piezvanām, sakārtojam drēbes, ko nepieciešams ņemt līdzī uz baseinu. Ja nolemts attīstīt savas komunikācijas prasmes darbojoties kāda konkrēta konsultanta vadībā, tad jau šodien sameklējam konsultanta kontaktus un uzrakstam ziņu).



KĀ PALĪDZĒT STUDENTAM APZINĀTIES SEVI?

Paradigmas maiņas nepieciešamība izglītībā ir globāla aktualitāte. Ja agrāk laba izglītība tika traktēta kā *zināt daudz*, tad mūsdienās izglītības mērķis ir *izprast būtību un spēt zināšanas lietot*. Zināšanu bāzei jābūt nevis sadalītai pēc atsevišķu mācību priekšmetu un kursu principa, bet gan orientētai **transversālām** (*transversal*) jeb **caurviju** prasmēm. Studentam jāspēj kompleksi lietot zināšanas, prasmes un paust attieksmes, risinot problēmas mainīgās reālās dzīves situācijās (*Education 2030*).

Mūsdienu pasniedzējs zināmā mērā kļūst par savu studentu personības attīstības treneri, palīdzot studentam ne tikai apgūt noteiktas zināšanas, bet veicinot studenta vēlmi apzināties, kā to ko apgūstu, realizēšu praksē, kādas starpnozaru prasmes (*soft skills*) nepieciešamas, lai tas notiktu efektīvāk.

Jau definējot konkrēta studiju kursa mērķi un uzdevumu, neieciešams kā būtisku uzdevumu iekļaut arī studenta starpnozaru prasmju apzinātu attīstību.

Veidojot tradicionālo atgriezenisko saiti par nodarbībā apgūto un izprasto, nepieciešams rosināt studentus analizēt arī tādus jautājumus kā:

- Kādas starpnozaru prasmes ir nepieciešamas, lai apgūto pielietotu praksē?
- Kā es šobrīd vērtēju šo nepieciešamo starpnozaru prasmju attīstības līmeni sev?
- Ko es varu darīt, lai šo starpnozaru prasmju līmeni paaugstinātu?

Analizējot grupu darbu par kādu konkrētu apgūstamo fenomenu, atgriezeniskās saites laikā nepieciešams rosināt studentus novērtēt arī savas starpnozaru prasmes, kas bija nepieciešamas, lai konkrēto mācību uzdevumu paveiktu.

Lai veicinātu studentu apzinātu vēlmi attīstīt starpnozaru prasmes, noderīgi būs stāsti par to cilvēku pieredzi, kas attiecīgās profesionālās vai akadēmiskās zināšanas spējuši efektīvi realizēt, izmantojot savas starpnozaru prasmes.

Īss ieskats par vairākām starpnozaru prasmēm atrodams šeit (angļu valodā):

Darbs komandā - <http://skills.turiba.lv/files/Team%20work.pdf>

Mērķu uzstādīšana - <http://skills.turiba.lv/files/Setting%20goals.pdf>

Laika plānošana - <http://skills.turiba.lv/files/Time%20management.pdf>

Starpkultūru komunikācija - <http://skills.turiba.lv/files/Multicultural%20communication.pdf>

Konfliktu risināšana - <http://skills.turiba.lv/files/Conflict%20diagnostics.pdf>