

Саморазвитие в сети



Правило 10 000 часов



"ЧЕМ БОЛЬШЕ Я
ЗНАЮ, ТЕМ БОЛЬШЕ
Я НЕ ЗНАЮ"
СОКРАТ

Теорию о том, почему гениями не рождаются, а становятся, опубликовал в своей книге «Гении и аутсайдеры» журналист и социолог Малкольм Гладуэлл.

Основываясь на работах психолога Андерса Эриксонона, он изучил истории успеха многих легендарных личностей и компаний, в результате чего и родилось «Правило 10 000 часов».

Двадцать лет назад психолог Андерс Эрикссон провел исследование в Академии музыки в Берлине. Студентов-скрипачей разделили на три группы: первая - звезды, вторая – перспективные, третья — будущие учителя музыки в школе.

Всем участникам задали **один вопрос:**
сколько часов вы практиковались с того момента, как впервые взяли в руки скрипку, и до сегодняшнего дня?

К двадцати годам у лучших студентов набиралось до 10 000 часов занятий. В багаже середнячков было 8000 часов, а у будущих учителей музыки — не более 4000.

«Из многочисленных исследований вырисовывается следующая картина: о какой бы области ни шла речь, для достижения уровня мастерства, соразмерного со статусом эксперта мирового класса, требуется 10 000 часов практики. Десять тысяч часов — примерно три часа практики в день, или двадцать часов в неделю на протяжении десяти лет».

(с) Невролог Даниель Левитин.

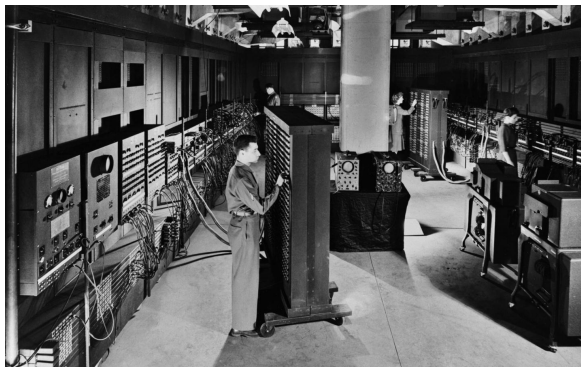
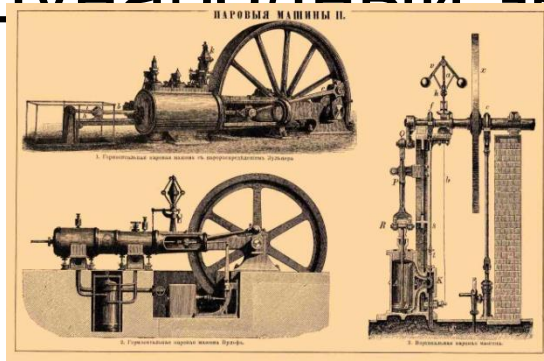


Знаменитые примеры

- Первый концерт, считающийся великим, Моцарт написал в возрасте 21 года. К этому времени Моцарт сочинял музыку уже десять лет.
- Билл Гейтс по подсчетам провел за программированием на компьютере около 10 000 часов, после чего смог сделать значительный рывок вперед.
- «The Beatles» начали «британское нашествие» на музыкальную сцену Америки и написали свои хиты только спустя семь лет после знакомства.

Четвертая промышленная революция

Именно с такой заглавное темой в конце января в Давосе прошел 46-й Международный экономический форум.



- **Первая промышленная революция** началась во второй половине 18 века, благодаря паровому двигателю удалось перейти от ручного труда к машинному.
- **Вторая** - характеризовалась развитием массового конвейерного производства, связанного с освоением электричества.
- Мы живём в эпоху **третьей промышленной** (или цифровой) **революции**, начавшейся с создания цифровых компьютеров и последующей эволюции информационных технологий.
- Сегодня она постепенно трансформируется в **четвёртую промышленную революцию**, которая характеризуется слиянием технологий и размытием граней между физическими, цифровыми и биологическими сферами

Согласно подготовленному к форуму отчёту, к 2020 году новые технологии производства и повсеместная роботизация лишат работы

5 100 000

Человек

Самые серьёзные сокращения ожидаются среди офисных и административных служащих.

С другой стороны, многие из востребованных и высокооплачиваемых профессий сегодня не существовали ещё десять лет назад.

Скорость изменений на рынке труда с каждым годом только растёт, и падение занятости отчасти будет компенсировано её двухмиллионным ростом в инженерных, финансовых и компьютерных специальностях.

SPECIAL
HEALTH
DOUBLE
ISSUE

TIME

THIS
BABY
COULD
LIVE
TO BE
142
YEARS
OLD

Dispatches From the
Frontiers of Longevity

#BXBDJLX *****SCH 5-DIGIT 20815 FSS
#1377 4964 820#TD 149MD04 A APR15
JEAN L LIMPETI 0026
5200 ELLIOTT RD
BETHESDA MD 20816-2911
P00160 #01826

«Этот малыш может дожить до 142 лет»

– с такой обложкой вышел американский журнал **Time** в феврале прошлого года.

Сегодня человеческая жизнь длиной в полтора века уже не кажется нелепо амбициозной целью, заявила 67-летняя генетик и нобелевский лауреат Элизабет Блэкберн на посвященной долголетию дискуссии на форуме в Давосе.

Допустим, среди людей станет нормальным доживать до 100 лет. Тогда, скорее всего, они будут работать до 80, а дальше будут уходить на покой. В таком случае встает вопрос: **как один и тот же человек сможет работать так долго, в то время как мир вокруг будет меняться?** Очевидно, что ему придется больше внимания уделять образованию и перемещению между разными карьерами

Большую ценность приобретет возможность меняться самому и совершать этот переход между профессиями.

Обучение online



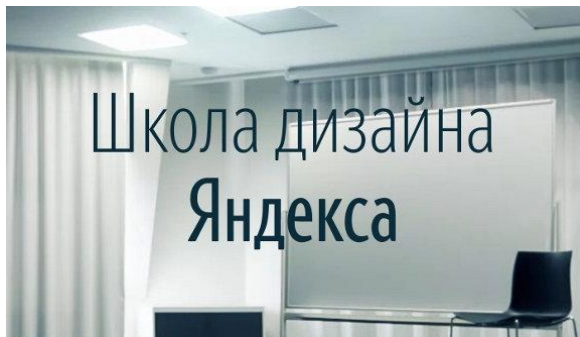
www.ted.com



www.coursera.org



openedu.ru



yandex.ru/design-school



arzamas.academy

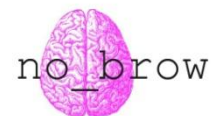


Открытый
университет

openuni.ru

ПостНаука
postnauka.ru

Паблики



vk.com/kolomnastart

про карьеру и работу
творчество

vk.com/no_brow

про

Стажировка

galima-hr.ru



MO.VE PR



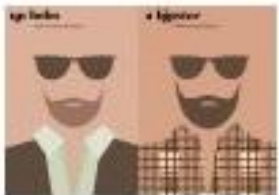
Paper Planes



EVENTUM PREMO



British Council



BBDO Group



**Podium Market
Fashion Group**

Всем спасибо!

Евгения Кузьмина

evgenia.kuz@gmail.com