**Soft** skills (**софт** скиллз, мягкие навыки, гибкие навыки) — под этим термином подразумевают широкий спектр умений. Он включает умение организовывать командную работу, вести переговоры и договариваться с коллегами, креативность, способность учиться и адаптироваться к изменениям. Об этих навыках всё чаще говорят как о навыках будущего, которые будут востребованы, несмотря на экономические изменения или очередной технический скачок.

**Hard** skills (с англ. «жесткие навыки») — **профессиональные**, технические **компетенции**, которые можно наглядно продемонстрировать, оценить и проверить. Например, знание иностранных языков, навыки работы за компьютером, умение управлять автомобилем или самолетом. Они неизменны для конкретной профессии и не зависят от того, в какой компании или в каком коллективе работает человек.

self компетенции это **навыки, направленные на понимание себя, на самодиагностику**. Современному человеку важно уметь анализировать своё состояние, осознавать свои потребности и интересы, знать, какими ресурсами он обладает и как их можно использовать. К self skills относится способность задумываться над процессами, протекающими в жизни, умение понимать свои ощущения, желания и мечты.