



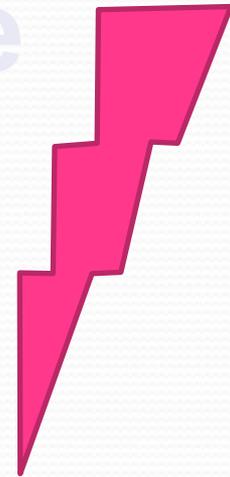
Принципы восприятия критики



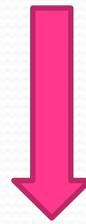
- 90% людей не умеют достойно реагировать на критику, замечания и оскорбления.

Но в любой ситуации мы должны стараться сохранить уверенность в себе, внутреннее и внешнее психологическое спокойствие, не позволять ненужным эмоциям управлять нашим поведением.

под воздействием критики
следует понимать
целостное мыслительное
отражение человеком
критических замечаний в
свой адрес.



● КРИТИКА



**Форма
ПОМОЩИ**

Принципы восприятия критики

1- если меня критикуют, значит, от меня ожидали большего;

1

2- наиболее ценная критика направлена на несовершенство того, что кажется нормальным

2

3- необходимо деловое восприятие критики вне зависимости от того, кто критикует и в какой форме;

3

- центральный принцип восприятия критики — "все, что я делаю, я мог бы делать лучше";

4

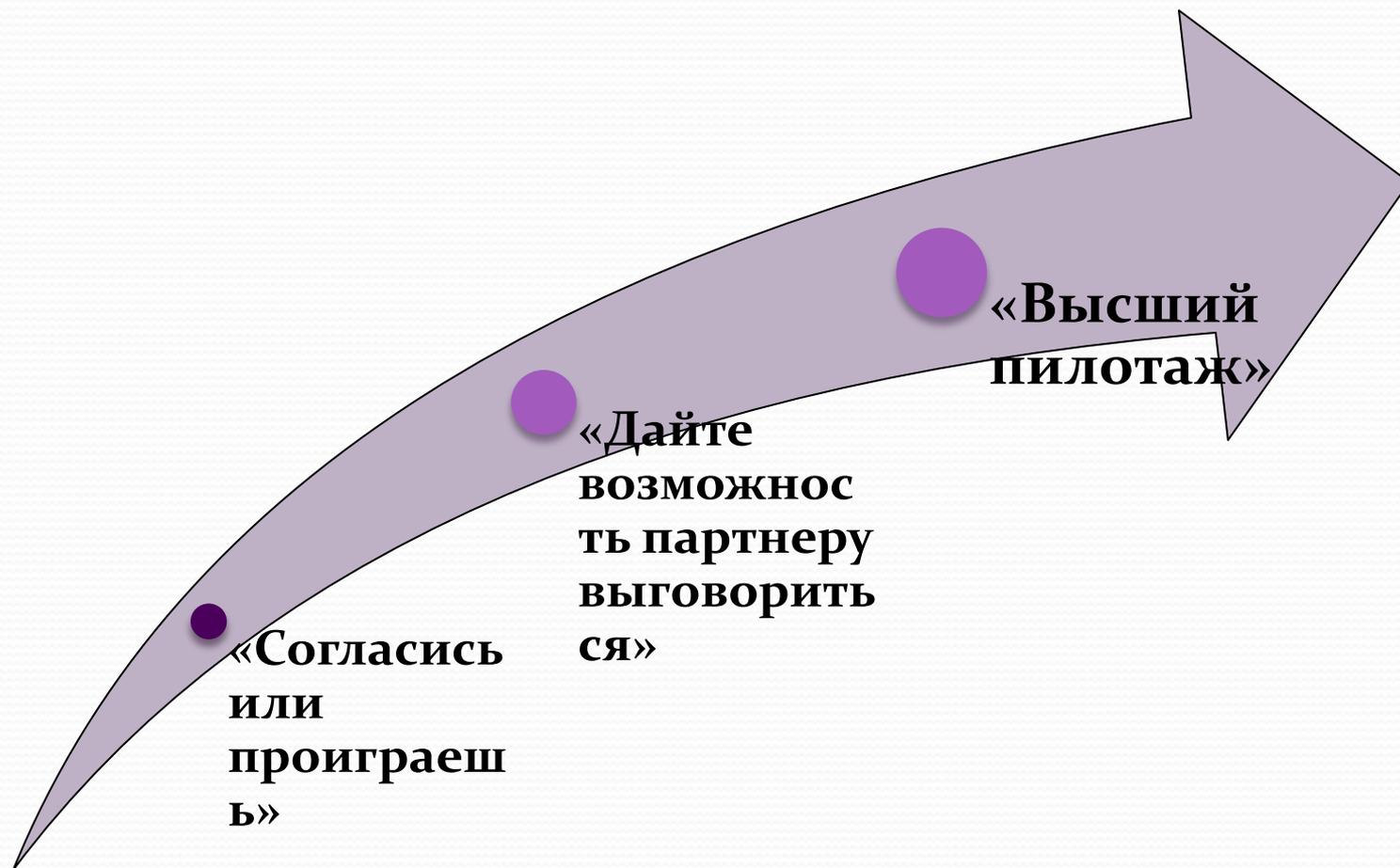
отсутствие критики — это показатель пренебрежения или неверия в способность ее нормального восприятия;

5

- критика позволяет выяснить отношение критикующего к другой стороне;
- - необходимо поддержать попытку критикующего конструктивно разобраться в деле, даже если он ошибается.



Методы реагирования на критику



Три правила, которые следует соблюдать при любом способе ответа на любой тип критики.

Спокойствие,
только
спокойствие.

НЕ
СПЕШИТЕ
С
ОТВЕТОМ.

СЧИТАЙТЕ
СЛОВА

Главное!

- из любой критики сделать правильный вывод и постараться впредь не допускать высказываний или действий, ее вызывающих.

