

## Правила конструктивной критики

Сталкиваясь с объективной или субъективной необходимостью критических замечаний в чей-то адрес, надо проявлять максимальную осторожность и корректность, т.к. критика сопряжена с нанесением определённого ущерба чувству собственного достоинства (большинство людей воспринимают её болезненно).

Избегайте злоупотребления критикой и осуждения других людей. Плохо, если критика становится самоцелью и превращается в сплошной негативизм, когда человеку есть-пить не давай, дай покритиковать. Важно знать чувство меры критики и не допускать повышенного внимания к незначительным упущениям других людей. Неправильна позиция тех, кто не прощает ни малейшего промаха.

Критика бесполезна потому, что в 99 случаях из 100 люди ни в чем себя не упрекают, как бы не правы они ни были.

Критика бесполезна потому, что она заставляет человека обороняться и, как правило, стремиться оправдать себя. Критика опасна потому, что она наносит удар по его гордыне, задевает чувство собственной значительности и вызывает у него обиду.

Человеческой природе свойственно обвинять кого угодно, только не себя. Все мы таковы. Поэтому, когда мы захотим кого-либо покритиковать, нужно подумать о том, что критика подобна почтовым голубям, которые всегда возвращаются домой. Нужно подумать о том, что человека, которого мы собираемся обвинить и осудить, будет, вероятно, оправдываться и ответит тем, что в свою очередь осудит нас или скажет: «Я не понимаю, как бы я мог поступить иначе, чем поступил».

Не критикуйте людей, при аналогичных обстоятельствах мы были бы точно такими же. Резкая критика и упреки почти неизменно оказываются бесплодными.

В своих взаимоотношениях с людьми не забывайте, что имеете дело не с логично рассуждающими созданиями, а с созданиями эмоциональными, исполненными предрассудков и движимыми в своих поступках гордыней и тщеславием.

А критика является опасной искрой, которая может вызвать взрыв в пороховом погребе гордости.

Любой глупец может критиковать, осуждать и выражать недовольство - и большинство глупцов так и делают.

Вместо того чтобы осуждать людей, давайте попытаемся понять их. Попробуем представить себе, почему они поступают именно так, а не иначе. Это намного полезнее и интереснее, чем заниматься критикой, и развивает в человеке сочувствие к окружающим, терпимость и доброжелательность.

Ничто другое так сильно не бьет по честолюбию человека, как критика со стороны начальника. Вместо критики нужно уметь вызывать у людей энтузиазм и развивать то, что есть лучшего в человеке, с помощью признания его достоинств и поощрения. Нет такого человека, какой бы крупный или высокий пост он ни занимал, который не работал бы лучше и не проявлял больше старания в обстановке доброжелательности, чем в атмосфере критики. Вы не можете успешно работать, если точно не знаете, чего ждет от вас начальство. На самом деле критика лучше, чем молчание. Тогда можно учитывать замечания и совершенствовать методы своей деятельности.

Чтобы критика была плодотворной, не оскорбительной, необходимо применять следующие правила:

1. Имеете ли Вы право критиковать?
2. Не начинайте разговор при свидетелях, чтобы не задевать самолюбие критикуемого (хвалить же нужно публично).



3. Сохраняйте ровный тон. Надо вести разговор в искреннем и доброжелательном тоне.  
4. Надо начинать разговор с темы, по которой у Вас с собеседником есть взаимное согласие.

5. Если хотите указать человеку на его ошибку, начинайте с похвалы искреннего признания его достоинств.

6. Не выносите поспешных обвинений. Стремитесь искренне и серьёзно понять точку зрения партнёра. Обсудить аргументы «за» и «против». Проявить сочувствие к его мыслям и желаниям.

7. Следует изъять из критики обвинительные слова. Критикуйте поступки, а не способности и свойства другого человека.

8. Используйте критику – «рикошет»: критику абстрактного лица.

9. Свою ошибку, неверный шаг признайте быстро, решительно. Расскажите об опыте собственных ошибок.

10. Сделайте так, чтобы недостаток выглядел легкоисправимым. Помогите найти решение по выходу из сложившейся ситуации.



### **Правила восприятия критики**

1. Нет бесполезной критики, она является формой помощи в решении возникающих ситуаций.
2. Необходимо деловое восприятие критики вне зависимости от того, кто критикует и в какой форме.
3. Центральный принцип восприятия критики – «всё, что я сделал, я мог бы делать лучше».
4. Наиболее ценная критика направлена на несовершенство того, что кажется нормальным.
5. Отсутствие критики – это показатель пренебрежения или неверия в способность её нормального восприятия.
6. Критика позволяет выяснить отношение критикующего к другой стороне.
7. Необходимо поддержать попытку критикующего конструктивно разобраться в деле, даже если он ошибается.