

انتقاد سازنده



«در تمام زندگی، از موافقانم حتی یک کلمه هم نیاموختم.» «جورج برناردشاو»

متوجه خودنمایی ما می‌کند. در این میان، ما دو اشتباه هم‌زمان انجام داده‌ایم؛ یکی این که آن شخص را در میان جمع خُرد کرده‌ایم و دیگر این که با ایجاد توهم خودنمایی، خودمان ذهن جمع را از اشتباه فرد مورد نظر منحرف کرده‌ایم.

اگر به انتقادی که از شما می‌شود بی‌توجهی کنید، ممکن است راه بهره‌وری مثبت و صحیح را به روی خودتان ببندید. گاهی ممکن است فکر کنید به اندازه‌ای که از مخالفان انتقاد می‌شنوید، مورد تشویق دوستان و موافقان خود قرار نگرفته‌اید. تلاش کنید و انتظار نداشته باشید که تشویق‌ها و انتقادها هم‌اندازه باشند چرا که بیش‌تر اوقات، این چنین نیست.

گاهی مخالفان شما به‌وسیله‌ی انتقاد، بهترین راهکارها را ارائه می‌دهند. بی‌توجهی به انتقادی که با میل شما سازگار نیست، می‌تواند تمام مسیرهای صحیح بهره‌وری‌تان را مسدود کند.

اگر فکر می‌کنید در مقابل انتقاد مخالفان، تشویق موافقان هم وجود دارد، بدانید که این ترازو همیشه دقیق عمل نمی‌کند. شاید دلیل نظر مثبت موافقان، منفعت شخصی باشد؛ از این که موافقان، هر سخن و عمل شما را تشویق می‌کنند، خوشحال نشوید چرا که این گروه، موافق شما هستند و قرار نیست اعتراض کنند.

اگر به روزی فکر می‌کنید که حتی یک مخالف هم نداشته باشید، یقیناً آن روز، آخرین روز پیشرفت شماست!

ادوین. ک



هنر تحلیل انتقاد؛ میانبری برای رسیدن به موفقیت

رفتار خود را در معرض انتقاد خودتان و دیگران قرار دهید تا حق انتخاب مسیر زندگی برای‌تان بهتر ایجاد شود. انتقادهای سازنده را شکار و بررسی کنید و از درون آن‌ها، دستورالعمل‌های رسیدن به موفقیت را پیدا کنید و براساس آن، برنامه‌ریزی نمایید. پذیرش انتقاد سازنده و رفع عیب‌های رفتاری، یکی از مراحل رسیدن به موفقیت است.

مورد انتقاد قرار گرفتن، به معنی تحقیر شدن نیست. انتقادکننده - چه مغرض باشد و چه خیرخواه- در حق شما لطف می‌کند؛ اگر خودتان به عیب یا اشکال رفتاری مورد اشاره‌ی منتقد آگاهی نداشته‌اید، به‌عنوان یک فرصت به آن نگاه کنید، بررسی‌اش نمایید و اگر انتقاد وارد است، در رفتارتان تجدیدنظر کنید. با پذیرش انتقاد درست، نه تنها تحقیر نمی‌شوید، بلکه منطقی نیز عمل می‌کنید و حساسیت پذیرش انتقاد را از بین می‌برید. ما مجبور نیستیم همه‌ی انتقادها را بپذیریم، بلکه فرصت تحلیل انتقاد را در اختیار گرفته‌ایم. همیشه فکر نکنیم خودمان بهترین منتقد رفتار خودمان هستیم.

به انتقادهای دیگران گوش دهید، تحلیل کنید و در آخر، با درنظر گرفتن همه‌ی جوانب، جمع‌بندی کنید و یک انتقاد منطقی ارائه‌دهید.

هر انتقادی، یک روش مطرح کردن دارد

در برخی موارد، انتقاد از کسی در میان جمع، تنها به‌نوعی خودنمایی‌ست؛ در نتیجه، نه تنها در انتقادشونده تأثیری ندارد، بلکه ذهن جمع را نیز