

КОНСТРУКТИВНА КРИТИКА

Конструктивна критика - критика, в якій йдеться не що погано, а що і як зробити краще.

Наприклад:

"Відмінно! А ось це, мені здається, можна зробити так, буде надійніше!", або:

«Так, дякую, це було красиво й ефективно. Здається, буде ще краще, якщо на майбутнє ти звернеш увагу на це і те. Що думаєш?», або:

«Це було чудово, а ось це, на мій погляд, можна зробити краще. Мені це бачиться, наприклад, так...»



Тобто: "Що добре, що змінити або додати, щоб отримати потрібний результат".

Якщо ви не знаєте, що підказати і як допомогти людині, яку ви збираєтеся критикувати - **не робіть цього.**

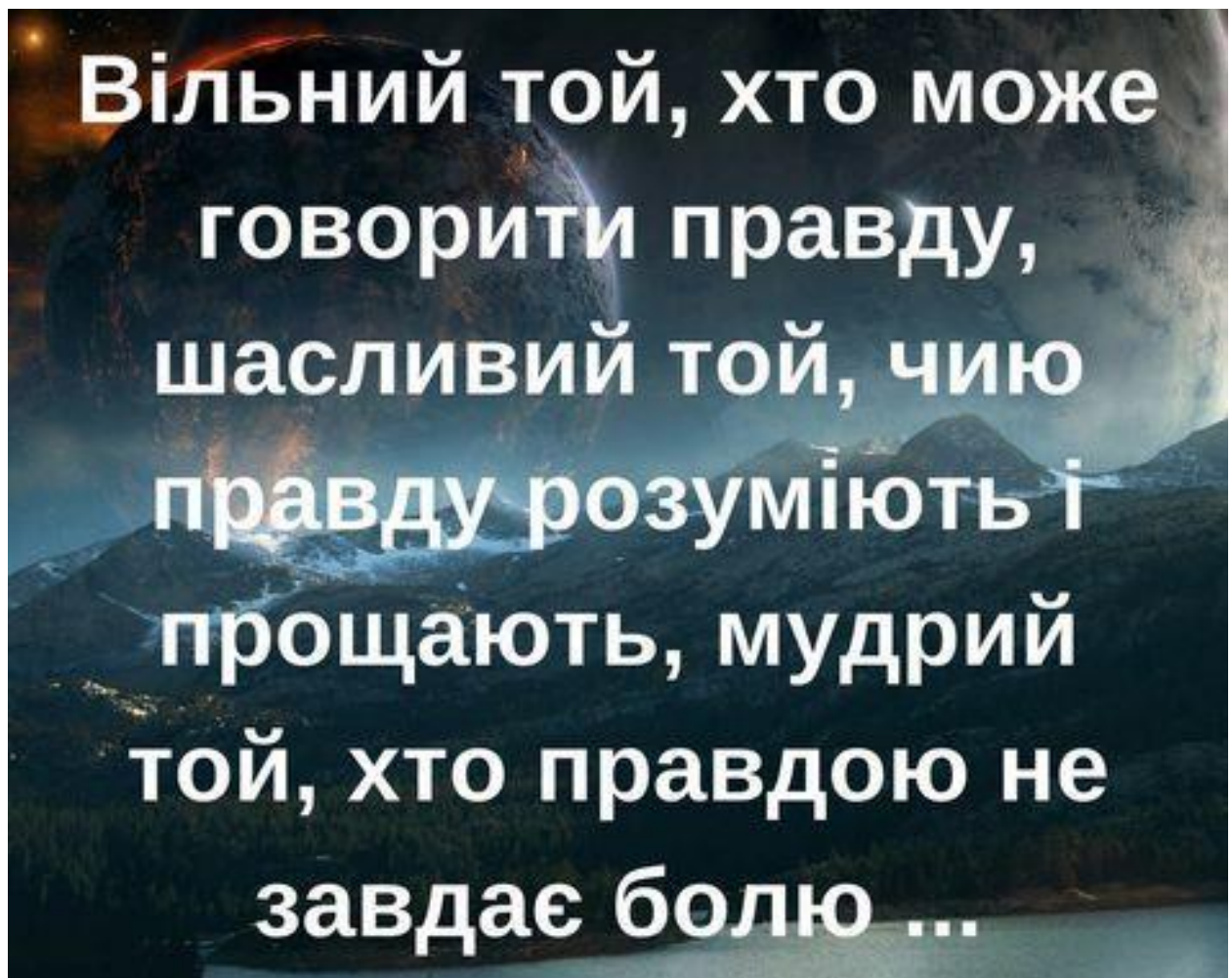
Може бути, вам сильно не подобається чиясь поведінка. Але якщо вам нічого запропонувати людині, як просте рішення, ви не маєте права його критикувати!

Немає конструктиву - критика заборонена!

Коли ви звикнете, для вас це стане дуже простим. Дивіться, "Чому ти не сховався у магазин, я ж тебе просила?" - **це неправильно**, тут міститься докір, людина у відповідь почне бухтїть (вголос або про себе)

Простіше і правильніше попросити **виразним чином ще раз**: "будь Ласка, піди в магазин, мені потрібно приготувати обід".

Аналогічно, замість "Що ти на мене кричиш?" вдаліше сказати так: "будь Ласка, давай обговоримо в іншому, більш спокійному тоні".



**НІКОЛИ НЕ ПІЗНО:
ПЕРЕПРОСИТИ,
ЗМІНИТИСЯ,
ВИБАЧИТИ,
ПОКОХАТИ...**



До речі, **конструктив може запропонувати й інша сторона**, якщо сама знає, чим і як інший чоловік може їй допомогти.

Наприклад,

- Мене злить, коли я тебе прошу, ти не звертаєш на це уваги!

- Пробач, будь ласка. Але ти на мене не лайся, а інший раз просто нагадай ще раз. Мені завжди приємно, коли ти до мене зайвий раз підійдеш. Я ж дійсно просто відволікаюся і забуваю. Так? Допоможеш мені?

Зрозуміло, що і це не вирішує всіх питань, але домовлятися буде легше для обох.

Автор: Н.І. Козлов