

# Критика

Как критиковать и принимать  
критику?

# План:

- Определение критики
- Виды и формы критики
- Ошибки критики
- Как правильно критиковать?
- Ошибки критикуемого
- Как правильно принять критику?
- Выводы

- Недовольство
- Недостатки
- Обвинение
- Негатив

# Что такое критика?

- **Критика – это обсуждение, разбор чего-нибудь с целью вынести оценку, выявить недостатки; отрицательное суждение о чем-нибудь, указание недостатков (С. И. Ожегов).**

# Виды критики

- Литературная
- Музыкальная
- Театральная
- Ресторанная
- Бытовая (поведения, поступков)

Критиковать можно всё.

# Общие формы и методы критики

- Упрёк
- Надежда
- Аналогия
- Сопереживание
- Ирония
- Требование
- Конструктивная и т.д.

# Критика важна!

## Плохая

- Обвиняет
- Убивает желание действовать
- Учит
- Обижает

## Хорошая

- Корректирует
- Мотивирует к действию
- Советует
- Настраивает на положительный лад

# Что не является критикой

- Субъективные ощущения
- Примитив
- Переход на личности
- Обесценивание
- Разумеющиеся факты

# Чем критика является

- Помощь!
- Критика не цель, а средство
- Критика деятельности, а не человека
- Уместное замечание

# Хорошая критика включает в себе

- Тезис (суть)
- Причины
- Как исправить
- Как не повторять

Сроки! "Сначала подавайте короткой фразой главную суть. На это потратьте 1 минуту. Потом давайте комментарии и цифры. На это - 4 минуты".

# Ошибки критики

- Поспешность (необдуманность, эмоции)
- Пустые отрицания («Всё плохо, переделывай»)
- Чересчур глубокие выводы
- Унижение личности
- Отсутствие аргументов
- Неуместность критики
- Требование идеальности

# Правила критики

- Разрешение
- Доброжелательность
- Объективность
- Советы, предложения
- Акцент на продукт, а не личность
- Сопереживание
- Краткость + суть
- Похвала

# Секреты мотивирующей критики

- Похвала в начале и в конце
- «Я-сообщения»
- Личные примеры
- Критикуйте то, что можно изменить
- Не сравнивайте с другими
- Убедитесь, что правильно поняли
- Просите, а не командуйте

# Ошибки критикуемого

- Обида
- Попытки оправдаться
- Ответная критика
- Игнорирование

# Как правильно реагировать на любую критику

- Фиксировать, а не обдумывать
- Забыть о личности критика
- Забыть об эмоциях
- Тезисно записывать/запоминать
- Благодарить

# Как воспринимать критику

- Ко мне не равнодушны
- Я могу развиваться
- Мне хотят помочь
- Я становлюсь сильнее

# Выводы:

- Критика – это помощь
- Правильная критика мотивирует
- Принятие критики ведёт к улучшению
- Уважение с обеих сторон – залог хороших отношений
- Объективность во всем!