ГОБПОУ «Липецкий областной колледж искусств им. К.Н. Игумнова

«ТЕРАПИЯ НАСТРОЕНИЯ: ЧТО ТАКОЕ КРИТИКА И КАК НА НЕЕ РЕАГИРОВАТЬ?»

Выполнила:
Студентка 2 курса
Специальности 51.02.02
Социально-культурная деятельность
Кузнецова Юлия

г. Липецк 2021 г.

ЧТО ТАКОЕ КРИТИКА?

- **Кри́тика** (от фр. critique из др.-греч.κριτική τέχνη «искусство разбирать, суждение») — анализ, оценка о явлениях какой-либо области человеческой деятельности. Задачами критики являются:
- выявление противоречий;
- выявление ошибок и их разбор;
- разбор (анализ), обсуждение чего-либо с целью дать оценку;
- оценка;

С ЧЕГО ЗАРОЖДАЕТСЯ КРИТИКА?

- Первая теория: «не понимаю, поэтому не принимаю»
- Вторая теория: «не признаю свои недостатки и не приму твои»
- Третья теория: «конкуренция»

МОТИВАЦИЯ КРИТИКАНТОВ

- 1. Зависть
- 2. Желание повысить самооценку, самоутвердиться
- 3. Стремление избавиться от накопившихся эмоций
- 4. Показ своей нелюбви к человеку
- 5. Очернение соперника
- 6. Только благие намерения

КРИТИКА БЫВАЕТ:

Конструктивной

Деструктивной

УНИЗИТЬ ВАС МОЖЕТ ЛИШЬ ОДИН ЧЕЛОВЕК – ЭТО ВЫ САМИ И НИКТО ДРУГОЙ!

ИСКУССТВО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СО СЛОВЕСНЫМ НАСИЛИЕМ, ИЛИ КАК РЕАГИРОВАТЬ НА КРИТИКУ

- **Шаг первый. Эмпатия.**
- Задайте критику несколько уточняющих вопросов.
- Всегда просите больше информации.
- Избегайте осуждающего или оборонительного тона.

- **Шаг второй. Разоружение оппонента**

- Вначале найдите способ согласиться критиком
- Следует согласиться с критикой в принципе
- НЕ поддавайтесь желанию защищаться

- **Шаг третий. Обратная связь и переговоры.**

- Сведите конфликт к фактам
- Отстаивайте свою точку зрения вежливо, но решительно
- Если решение лежит где-то посередине – ищем компромисс

- «Критикуешь — обосновывай». Чтобы критика принесла пользу, нужно объяснить, что именно тебе не нравится, и почему это плохо.

- Если знаешь, как улучшить то, чем ты недоволен, предложи улучшение. Неважно, правильное оно или нет, внедрят его или нет, но все же: «если знаешь — предложи».

- Всегда критикуйте работу, но человека – никогда.

Спасибо за внимание!