

CLÍNICA UPTIME

TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

COMO VOCÊ LIDA COM AS CRÍTICAS?

Você já foi criticado alguma vez? Aproveitou a informação contida na crítica ou ficou de cara feia com quem o estava criticando? Como reagiu a ela?

As críticas de modo geral são mal-recebidas, mas se você prestar atenção quando está sendo criticado, pode obter boas informações de graça, e assim utilizá-las a seu favor.

Sete pessoas em cada 10 sentem-se muito mal quando são criticadas, **duas** pessoas simplesmente rejeitam as críticas e apenas **uma** pessoa em 10 ouve as críticas, avalia as informações nela contida e depois utiliza em seu benefício.

Certas pessoas somente fazem críticas levianas, ou seja, apenas blá, blá, blá sem importância. Muitas vezes a crítica tem importância parcial, mas muitas críticas podem ter informações importantíssimas.

Se você não está preparado para avaliar as informações que vai ouvir pode se preparar para grandes brigas e que na maioria das vezes são irrelevantes e desgastantes.

Uma minoria está preparada para avaliar a crítica, utilizar as informações para melhorar comportamentos, relacionamentos, vendas, negócios...

A maioria das pessoas (9 em cada 10) não gostam de serem criticadas, e assim não conseguem avaliar o que está sendo dito e não aproveitam as informações.

Se você quiser, existem técnicas da Programação NeuroLingüística que podem ser muito úteis para ajudá-lo a lidar muito bem com as críticas.

Bem, o primeiro passo é seu...