

• چک لیست افزایش مهارت انتقاد پذیری

(لطفا چک لیست زیر را دانلود کرده و در جلسات همراه خود داشته باشید.)

چک لیست مراحل انجام انتقاد پذیری در جلسه
۱. فضای مثبتی را در جلسه برای افزایش انتقاد پذیری در خود و پرسنل ایجاد کردم. ()
۲. یک تجربه شخصی کاری را بیان کرده و در آن از برخی کارهایم انتقاد کردم. ()
۳. به انتقاد(ها) گوش دادم و احساساتم را کنترل کردم. ()
۴. از نقدهای سازنده تشکر کردم. ()
۵. پاسخ مناسب به نقدهای مخرب دادم و در مقابل آنها موضع نگرفتم. ()
۶. اصل پرسش پیش از پاسخ سریع را رعایت کردم. ()
۷. در پاسخ دادن ها از ادبیات و لحن مناسب استفاده کردم. ()
۸. در پاسخ دادن ها مصداق عینی در قبال کار یا رفتار منقد کننده (شونده) آوردم. ()
۹. زمان مناسب برای مطرح کردن انتقاد را رعایت کردم. ()
۱۰. با توجه به انتقادها، شناخت بیشتری نسبت به پرسنل و همکارانم پیدا کردم. ()