

Ako reagujete na kritiku

1. Keď vám niekto vynadá za niečo, čo ste skutočne urobili, neviete si s tým rady. Ste nešťastný a väčšinou nie ste v stave niečo vôbec povedať.
2. Ak vám niekto vyčíta vaše chyby a sám v mnohom nie je o nič lepší ako vy, pripomeniete mu to?
3. Keď v práci urobíte chybu a vedúci vás za to karhá, tak sa musíte brániť, lebo keby ste sa priznali, nikto by si vás nevážil.
4. Kritiku najlepšie umlčíte kritikou.
5. Keby ste nič nepovedali na výčitky voči vašej osobe alebo by ste s nimi dokonca súhlasili, za chvíľkou by ste mali povest' neschopného človeka.
6. Keď sa muž nevenuje rodine a miesto toho chodí na ryby, treba mu povedať, že asi v manželstve dopadne nedobre.
7. Keď vám niekto niečo vyčíta, musíte sa vždycky vedieť ospravedlniť. Inak to bude použité proti vám.
8. Kritika je ako poštový holub – vracia sa tam, odkiaľ vyletela.
9. Ak vás niekto naštvie, nedokážete mu nič povedať, len sa ticho užierate.
10. Vyplatí sa na každého „niečo vedieť“, človek nikdy nevie, kedy mu to pomôže ubrániť sa pred napádaním.
11. Príslovie „neodporovať zlu zlom“ platí.
12. Keď nebudete dieťaťu stále vysvetľovať, čo robí zle, nikdy sa nič poriadne nenaučí
13. Ak vidíte, že sa váš kolega ulieva v práci, kde sa to len dá, máte chuť mu vynadať, ale radšej mlčíte
14. Sú situácie, ktoré je najlepšie riešiť spôsobom „oko za oko, zub za zub“.
15. Radšej nad nejakým nedostatkom prižmúrite oči, ako by ste mali riskovať hádku.
16. Keď ľuďom tolerujete ich prehrešky, začnú to zneužívať

Hodnotenie:

	Súhlas	Nesúhlas
1.	a	b
2.	b	c
3.	a	c
4.	b	c
5.	a	c
6.	b	c
7.	a	c
8.	c	b
9.	a	b
10.	b	c
11.	c	b
12.	b	c
13.	a	b
14.	b	c
15.	c	b
16.	b	c

Viac ako 4 odpovede **a** – nie ste práve priebojný a s kritikou si neviete príliš rady. Zbytočne sa zaplietate do zdôvodňovania, prečo sa vám stalo to či ono.

7 a viacej odpovedí **c** – ste na najlepšej ceste k náprave.

Viacej ako 7 odpovedí **b** – pohybujete sa od obrany do útoku.

10 a viacej odpovedí **b** – príliš rázny a agresívny.

10 a viacej odpovedí **c** – dobrý, asertívny prístup