

چگونه انتقاد پذیری را در خود تقویت کنیم؟

بهتر است در مورد اینکه چگونه انتقادپذیری را در خود تقویت کنیم به مطالب زیر توجه کنیم.



سلامت نیوز : بهتر است در مورد اینکه چگونه انتقادپذیری را در خود تقویت کنیم به مطالب زیر توجه کنیم.

به گزارش سلامت نیوز، دکتر فرید فدایی، مدیرگروه روانپزشکی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی در مورد اینکه چگونه انتقاد پذیری را در خود تقویت کنیم در گفتگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران اظهار داشت: در درجه اول با آگاهی از این امر که جز معصومین که درود خدا بر آنها باد، هیچکس از خطا مصون نیست و به طور اصولی بشر را جایز الخطا دانسته اند بنابراین گاهی از خطاها که به شکل انتقاد است می تواند به ما کمک کند انسان بهتری شویم.

وی تصریح کرد: گاهی از اینکه فردی که زحمت می کشد و با صرف وقت، انتقادی به عمل می آورد حتماً برای من ارزش قائل بوده است که اشکالات ما را به ما می گوید.

فدایی افزود: همه انسان ها تمایل ذاتی دارند که خود را از هر جهت شایسته و خوب ببینند، شنیدن نقد می تواند ما را از این خیال بیهوده که به ضرر ماست رها کند.

وی خاطرنشان کرد: اگر ببیندیم که مصون از خطا و بی نیاز از انتقاد هستیم هیچگاه به جلو نخواهیم رفت و دچار رکود می شویم و برای پیشرفت نیازمند شنیدن نقد هستیم.