

ACTIVIDAD. APRENDEMOS A HACER CRÍTICAS

EJE TEMÁTICO: Enseñar a Convivir

NOMBRE DEL ALUMNO/A:

Grupo: Fecha:

ACTIVIDAD

Manuel es un alumno de 4º de eso y tiene fama de tener muy "malas pulgas". El otro día su compañero Juan le pidió un bote de Typex pero se le derramó en el suelo y Manuel se puso hecho una fiera y le dijo: *"Eres un patoso y me tienes hasta el gorro, siempre estás igual. Ya me puedes comprar un Typex nuevo"*.

Juan se sintió fatal y se fue de allí todo avergonzado.

CUESTIONARIO

¿QUÉ LE OCURRE A MANUEL?

.....

¿SABE HACER CRÍTICAS DE FORMA ADECUADA A SUS COMPAÑEROS?

.....

¿QUÉ CONSECUENCIAS TIENE SU CONDUCTA?

.....

¿QUÉ VENTAJAS TIENE SABER HACER CRÍTICAS DE FORMA POSITIVA?

.....

CLAVES PARA HACER UNA CRÍTICA DE FORMA CORRECTA

No todo el mundo sabe hacer críticas de forma adecuada esta es un habilidad social muy importante que nos permitirá relacionarnos adecuadamente con la gente que nos rodea. A menudo molestamos a los demás porque no sabemos expresarlas y ofendemos a otras personas o bien nos callamos porque nos cortamos de decir lo que pensamos.

Vamos a analizar las claves para hacer una crítica de forma correcta, expresando lo que sentimos con libertad, sin molestar o enfadar a los demás y sin sentirnos fatal por no expresar lo que pensamos.

1. Evita hacer críticas cuando estás muy enfadado, eso solo contribuirá a empeorar la situación. Tranquilízate y si no lo consigues déjalo para más tarde.
2. Expresa a la otra persona que es lo que te ha molestado, evitando ser despectivo o agresivo con él. Utiliza un tono de voz tranquilo.
3. Céntrate en la búsqueda de alternativas o soluciones a la situación que ha generado el conflicto.
4. Expresa a la otra persona tu deseo de que la situación no vuelva a repetirse.

Ponte siempre en el lugar de la otra persona y piensa en como te gustaría que te trataran a ti.