



Gérer efficacement la Critique

Dr. Elie Henry | Division Interaméricaine

NOUS AVONS TOUS NOS CRITIQUES

« Les critiques sont les clous qui nous
maintiennent sur la croix, morts à
nous-mêmes. »

« Faites plus attention au critique
qu'à la critique. » W. Matt Tomlin

NOUS AVONS TOUS NOS CRITIQUES

« N'importe quel insensé peut critiquer, condamner et se plaindre, mais il faut du caractère et de la maîtrise de soi pour être compréhensif et enclin à pardonner. »

— Dale Carnegie

Comment se faire des amis et influencer les autres

Éviter les critiques, est-ce possible ?

Il n'y a qu'une seule
façon **d'éviter les
critiques** :

1. Ne rien faire
2. Ne rien dire
3. N'être rien

- Aristote

- Vous n'allez nulle part
- Plus de critiques
- Critiques négatives

Qui aime la critique ?

- ✓ Aucun d'entre nous n'aime être critiqué.
- ✓ Il est dans la nature humaine d'aimer avoir raison et de se sentir blessé quand on a tort.
- ✓ Le fait est que nous avons tous besoin de critiques.

La critique est nécessaire

« La critique peut être désagréable, mais elle est nécessaire. Elle est comme la douleur pour le corps humain : elle attire l'attention sur ce qui ne va pas. Si elle est écoutée à temps, le danger peut être évité ; si elle est réprimée, l'équilibre de l'individu pourrait s'en trouver définitivement perturbé. »

Winston Churchill



Des dirigeants ouverts à la critique

E. G. White

« Nombre de ceux qui ont des responsabilités, qui sont choisis pour être présidents de fédérations, ne sont pas sélectionnés en raison de la perfection de leur caractère ou de leurs connaissances supérieures, mais parce que le Seigneur a indiqué que s'ils étaient disposés à apprendre avec humilité et ne pensaient pas avoir déjà ce qu'il leur faut, il leur enseignerait sa voie. Les hommes qui occupent des postes à responsabilité ont beaucoup à apprendre. Lorsque ces hommes estiment que leurs idées sont sans faille, il est temps pour eux de passer de la position de président à celle d'apprenant... »

« Lorsqu'ils pensent que leurs idées et leur jugement doivent être acceptés sans conteste, ils montrent qu'ils sont inaptes à leur poste. Dieu ne voit pas les choses comme l'homme les voit. Quel que soit le poste qu'un homme est appelé à occuper, son jugement ne doit pas être considéré comme infaillible. En raison de la responsabilité qui lui est confiée, il est bien plus nécessaire qu'il ne le serait autrement qu'il soit exempt de tout égoïsme et disposé à recevoir des conseils. »

MS 55, 1897 (3 juin). E. G. White, Principles for Christian Leaders, 79

**Des
dirigeants
ouverts
à la critique**

Quelques définitions

Critiquer

Exprimer sa désapprobation envers (quelqu'un ou quelque chose) – parler des problèmes ou des défauts de (quelqu'un ou quelque chose)

Retour d'information

Informations utiles ou critiques exprimées à quelqu'un pour dire ce qui peut être fait pour améliorer une performance, un produit, etc.

Critique et retour d'information

- Bien qu'ils soient très similaires, il y a des similitudes et des différences essentielles.
 - La critique et le retour d'information impliquent tous deux une évaluation.
En tant que dirigeants, nous devons évaluer chaque situation.
 - Cependant, la critique implique un jugement et la recherche d'erreurs, tandis que le retour d'information évalue et transmet ensuite des informations correctives.
- Le **retour d'information** est utile et constructif ;
- La **critique** est blessante et préjudiciable

Critique constructive et Critique destructrice

Critique destructrice

- Elle relève souvent d'un simple manque de tact de la part d'une personne,
- mais elle peut aussi être délibérément malveillante et blessante ;
- dans certains cas, elle peut entraîner la colère et/ou l'agressivité.

Critique constructive

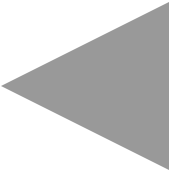
- Elle est conçue pour vous signaler vos erreurs,
- mais aussi pour vous montrer où et comment des améliorations peuvent être apportées ;
- elle doit être considérée comme un retour d'information utile qui peut vous aider à vous améliorer plutôt qu'à vous rabaisser.

“

Lorsque la critique est constructive, elle est généralement plus facile à accepter, même si elle fait tout de même un peu mal. Dans un cas comme dans l'autre, essayez toujours de vous rappeler que vous pouvez utiliser la critique à votre avantage.

”

- « Un homme qui refuse d'admettre ses erreurs ne peut jamais réussir. »
- Proverbes 28:13 (The Living Bible)



Les éloges et la critique

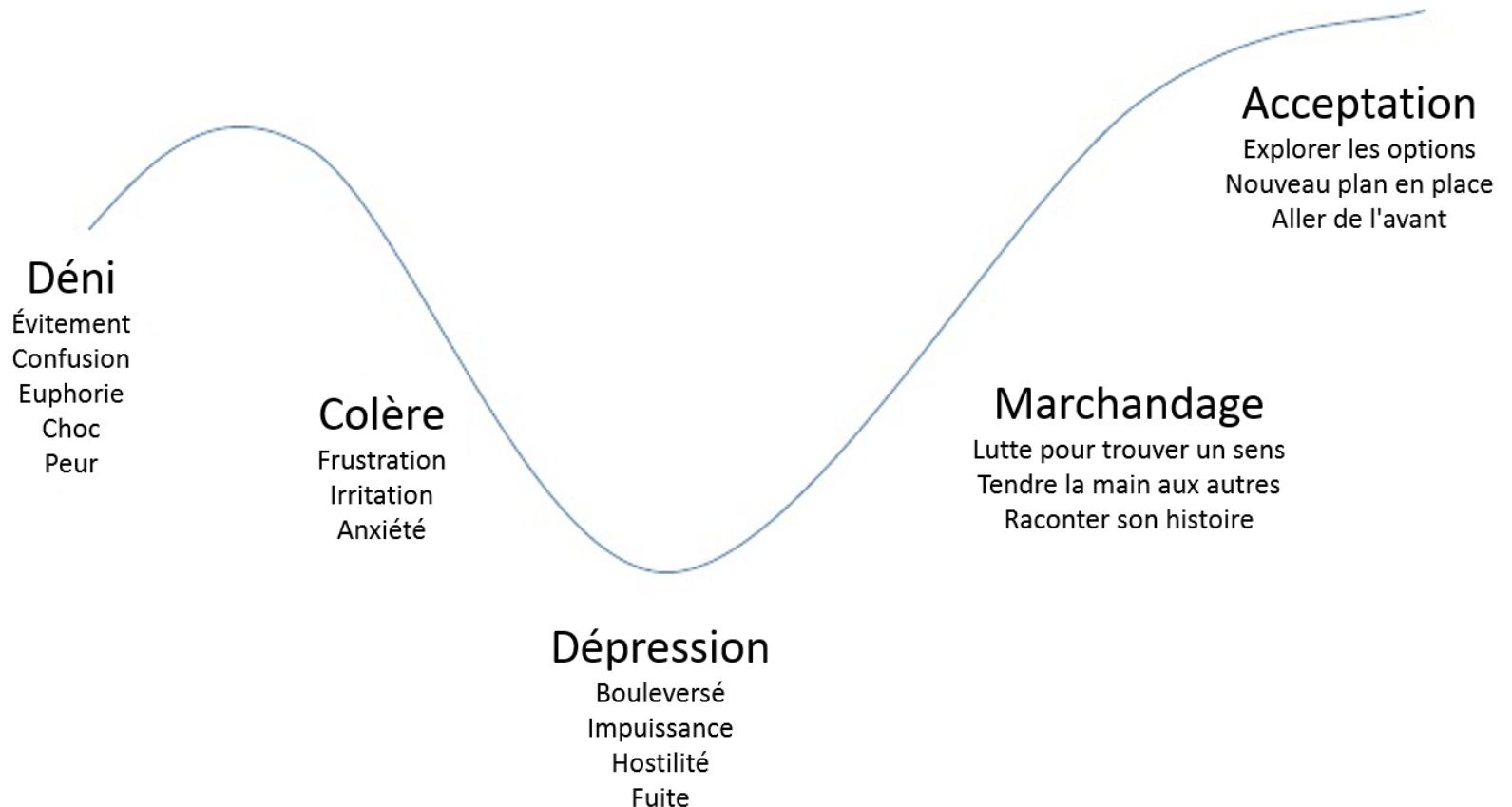
- Les éloges – révèlent souvent ce que vous estimez le plus.
- La critique – révèle souvent vos insécurités les plus profondes.

Comment gérer la critique ?

- **La gestion de la critique est une compétence et, comme toute compétence, elle peut être développée par la pratique.**
- C'est aussi un processus.

5 étapes du deuil

Cycle du deuil de Kübler-Ross



Information et
Communication

Soutien émotionnel

Conseil et
Direction

5 façons de gérer la critique

- 1 Arrêtez et écoutez
- 2 Dépersonnalisez le message
- 3 Trouvez la vérité de l'autre personne
- 4 Intégrez et engagez-vous
- 5 Gratitude

IE = Intelligence émotionnelle

Traiter avec les personnes critiques

- Certains individus sont critiques par nature et ne se rendent pas toujours compte qu'ils blessent les sentiments d'une autre personne.
- Essayez de ne pas prendre leurs commentaires trop au sérieux.
- Si vous prenez les commentaires négatifs à cœur, cela peut créer du ressentiment et de la colère envers l'autre personne, ce qui pourrait nuire à la relation.

La critique est aisée,
mais l'art est difficile.

Cinq types de personnes les plus susceptibles de critiquer

- A. **La personne frustrée** : les individus temporairement irrités qui peuvent dire quelque chose qu'ils pourraient regretter par la suite.
- B. **La personne qui manque de confiance** : les individus qui ont une faible estime de soi et dont le moyen de compensation est de ramener tout le monde au niveau qu'ils ressentent.
- C. **La personne jalouse** : ces individus opèrent à partir d'un sentiment de rivalité.
- D. **La personne perfectionniste** : ces individus sont critiques envers eux-mêmes et envers tous ceux qui les entourent.
- E. **La personne rebelle** : ces individus critiquent l'autorité.

« Il vaut mieux
être **critiqué**
par un sage
que d'être
loué par **un**
insensé ! »

— Ecclésiaste 7:5 The Living Translation

Conséquences de la critique

A. **Nous décourager** : Ecclésiaste 7:21-22.

« Ne fais donc pas attention à toutes les paroles qu'on dit,
de peur que tu n'entendes ton serviteur te maudire ;
²²car ton cœur a senti bien des fois
que tu as toi-même maudit les autres. »

B. **Nous distraire** : Jésus a souvent été fortement critiqué, mais il n'a jamais laissé ses détracteurs lui dicter ou le distraire dans son ministère.

C. **Nous motiver** : elle nous pousse à la prière, à l'humilité, à la croissance et à l'auto-évaluation.

– Psaumes 55:22 (NBS)

« Décharge-toi de ton fardeau sur le SEIGNEUR,
et il pourvoira à tous tes besoins ;
il ne laissera jamais
le juste vaciller. »

MAUVAISES RÉACTIONS

à la critique

- **La LUTTE** : Nous voulons souvent riposter. Les battements de votre cœur s'accélèrent, votre tension artérielle grimpe... Je vais tourner les talons et quitter la conversation.
- **La FUITE** : Nous nous retirons, afin de les garder à distance... pour ne pas être blessés.

Que faut-il **éviter** quand on vous critique ?

1. Ne pas minimiser le problème.
2. Ne pas rationaliser.
3. Ne pas trouver des excuses.
4. Ne pas se justifier.
5. Ne pas esquiver le problème.
6. Ne pas dévier le blâme.
7. Ne pas réagir sous le coup de la colère, car cela provoquerait une scène et créerait de mauvais sentiments – et probablement une mauvaise image de vous.

BONNES RÉACTIONS à la critique

1. ÉCOUTER la critique constructive

- Quand leur motivation est d'aider et non de nuire
- Quand la personne peut aider
- Proverbes 15:31-32 (LSG)

« L'oreille attentive aux réprimandes qui mènent à la vie

fait son séjour au milieu des sages.

³² Celui qui rejette la correction méprise son âme,

mais celui qui écoute la réprimande acquiert l'intelligence. »

BONNES RÉACTIONS à la critique

2. Un temps pour RÉPONDRE à leurs critiques

- Lorsque la personne manque d'informations qui changeraient sa perception.
- Lorsque la personne est ouverte au changement.
 - (certaines personnes, quoi que vous disiez, seront toujours critiques)
 - (certaines personnes usent de la critique comme d'un passe-temps, ne perdez pas votre temps avec ces personnes)

BONNES RÉACTIONS à la critique

3. REJETEZ les critiques non valables

- Lorsque la personne est caractérisée par son usage excessif de la critique.
- Lorsqu'une personne ne voit rien de bon dans la vie, elle ne verra rien de bon en vous.
- Lorsque la personne est émotionnellement déséquilibrée ou blessée.

**« J'aime la critique.
Elle vous rend fort. »**

- LeBron James

Quand la critique **est injuste**

Que faire si la critique est vraiment
injuste ? Ou mal formulée ? Ou si nous
pensons à juste titre que leur opinion
est incorrecte ?

Repensez au deuil et à ses étapes.



Réponse à la critique

- A. *Ne soyez pas extrémiste* : si vous vous pliez à toutes les critiques, vous essaieriez de plaire à tout le monde. Si vous n'écoutez jamais, vous risquez de passer à côté de certains bienfaits d'une critique utile. Certains critiques ont raison ! Ils sont crédibles. Certains n'ont pas la moindre idée de ce qu'ils disent et ne devraient pas faire l'objet de la moindre attention.
- B. *Tenez-vous-en à votre but* : le but de Dieu est la chose la plus importante.
- C. *Priez pour vos critiques* : évitez un esprit critique. Soyez plus grand que ceux qui vous critiquent. Priez pour eux.
- D. *Ne laissez pas le critique vous voler votre joie* : voir Jean 15:11. Personne ne peut vous prendre votre joie à moins que vous n'y renonciez.



Un exemple biblique

- « Les hommes d'Éphraïm dirent à Gédéon : pourquoi nous as-tu traités de la sorte ?
- Et ils s'en prirent violemment à lui. Mais Gédéon leur répondit... »
- Juges 8:1-2a (BFC)
 - Il les édifia par des encouragements.
 - Lorsqu'ils eurent entendu sa réponse, ils ne furent plus en colère.
 - Il calma la colère en répondant à la critique.
 - Prov 15:1

Rejetez les critiques.

Laissez tomber...

- Plus vous devenez efficace dans ce que vous faites, plus vous devenez une cible de choix pour la critique.
- Si vous êtes un leader efficace dans un champ local ; si vous êtes efficace dans ce que vous faites à l'église ; si vous êtes efficace en améliorant les choses... dès que vous vous élevez au-dessus de la normale : vous devenez une cible pour la critique.
- Et si vous n'apprenez pas à vous en débarrasser, à l'écarter, alors elle vous fera perdre votre concentration sur ce que vous faites le mieux.



Laissez tomber...



- Certains d'entre vous sont hantés par les paroles qu'une personne vous a dites il y a longtemps... vous devez laisser tomber.
- Certains d'entre vous vivent pour plaire à une personne qui n'est même plus en vie aujourd'hui, à cause d'une chose qu'elle vous a dite et qui vous a infligé un sentiment d'infériorité. Vous devez laisser tomber.
- Certains d'entre vous sont tellement motivés par ce que les autres pensent, vous voulez que tout le monde vous aime. Vous devez laisser tomber - parce qu'ils ne vont pas tous vous aimer.



En conclusion

« Il y en a qui ne peuvent pas évoquer même la meilleure des bénédictions sans y joindre une critique, afin de jeter une ombre de reproche. **Soyons sur nos gardes.** Refusons de laisser les critiques de quiconque implanter des objections dans nos esprits. Apprenons à louer ce qui est bon quand d'autres s'adonnent à la critique. »

EGW The Youth's Instructor, 22, 29 juin 1899



« Ceux qui se plaignent trouveront toujours des défauts, mais ne soyons pas attristés par l'élément accusateur. Ne considérons pas comme une vertu le fait de faire et de suggérer des difficultés, ce qui harcèlera et apportera la perplexité. Gardons claire l'atmosphère qui entoure l'âme en contemplant le soleil brillant du ciel, qui brille toujours pour nous rendre heureux. Entretienons l'atmosphère la plus agréable possible dans nos vies. »

EGW The Youth's Instructor, 22, 29 juin 1899