



# Tratando con la Crítica de manera efectiva

Dr. Elie Henry | División Interamericana

# TODOS TENEMOS NUESTRAS CRÍTICAS

"Críticas son los clavos que nos sostienen  
a la cruz muertos al 'yo'."

---

"Presta más atención al crítico que a  
la crítica". W. Matt Tomlin

# TODOS TENEMOS NUESTRAS CRÍTICAS

*"Cualquier tonto puede criticar, censurar y quejarse, pero se necesita carácter y dominio de sí mismo para ser comprensivo y capaz de perdonar.... "*

— Dale Carnegie  
Cómo ganar amigos e influir sobre las personas

# Evitar la crítica, ¿es posible?

Solo hay una forma de  
**evitar la Crítica:**

1. No hacer nada
2. No decir nada
3. Ser nada

- Aristóteles

- No vas a ninguna parte
- Más críticas
- Críticas negativas

# ¿A quién le agradan las críticas?

- ✓ Ninguno de nosotros disfruta ser criticado.
- ✓ La naturaleza humana disfruta al tener razón, y hay una sensación de dolor cuando estamos equivocados.
- ✓ Lo que pasa es que todos necesitamos críticas.

# La crítica es necesaria

"La crítica puede no ser agradable, pero es necesaria. Cumple la misma función que el dolor en el cuerpo humano. Llama la atención sobre un estado poco saludable de las cosas. Si se atiende a tiempo, se puede evitar el peligro; si se suprime, puede desarrollarse una enfermedad fatal".

Winston Churchill



# Líderes abiertos a la crítica

E.G. White

“Muchos de aquellos sobre quienes descansan responsabilidades, que son elegidos como presidentes de asociaciones, no fueron seleccionados por su perfección de carácter, o por sus conocimientos superiores, sino porque el Señor dió a entender que si ellos eran lo suficientemente humildes como para aprender y no pensaban que ya estaban listos para graduarse, Él les enseñaría Su manera de obrar.

Los que ocupan posiciones de responsabilidad tienen mucho que aprender. Cuando los hombres sienten que sus ideas no tienen defectos, es tiempo de cambiarlo de su posición de presidentes a una posición de aprendizaje...”

“Cuando piensan que sus ideas y criterios deberían ser aceptados sin discusión, demuestran que son incompetentes para la posición que ostentan. Dios no ve como el hombre ve. Cualquiera que sea la posición a la que sea llamada una persona, no se debería considerar que su juicio es perfecto. Dada la responsabilidad que se le ha confiado, se les hace más necesario que bajo cualquier otra circunstancia estar libre de todo egoísmo y manifestarse dispuesto a recibir consejos”.

MS 55, 1897 (3 de junio). EG White,  
Liderazgo Cristiano, 94.2

**Líderes  
abiertos  
a la crítica**



# Algunas definiciones

## Criticar

*Expresar la desaprobación (de alguien o de algo): hablar sobre los problemas o fallas (de alguien o de algo)*

## Realimentación

*Información útil o crítica que se le da a alguien para decir qué se puede hacer para mejorar el rendimiento, el producto, etc.*

# Críticas y comentarios

- Si bien son muy similares, existen similitudes y diferencias claves.
  - Ambos, la crítica y la retroalimentación implican evaluación.  
*Como líderes, necesitamos evaluar cada situación.*
  - Sin embargo, la crítica implica juicio y detección de fallas, pero la retroalimentación evalúa y luego transmite información correctiva.
- **La retroalimentación** es útil y constructiva;
- **La crítica** es hiriente y dañina

# Crítica constructiva y crítica destructiva

## Crítica destructiva

- a menudo es solo descuido por parte de otra persona,
- pero también puede ser deliberadamente maliciosa e hiriente
- en algunos casos, conduce a la ira y/o a la agresión

## Crítica constructiva

- es diseñada para señalar sus errores,
- pero también le muestra dónde y cómo se pueden hacer mejoras
- debe ser vista como un comentario útil que puede ayudar a mejorarse usted mismo en lugar de ser menospreciado

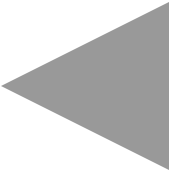
“

Cuando la crítica es constructiva, por lo general es más fácil de aceptar, incluso si aún duele un poco. En cualquier caso, siempre trate de recordar que puede utilizar la crítica para su ventaja.

”

"Un hombre que se niega a admitir sus errores **nunca puede ser exitoso.** "

- Proverbios 28:13



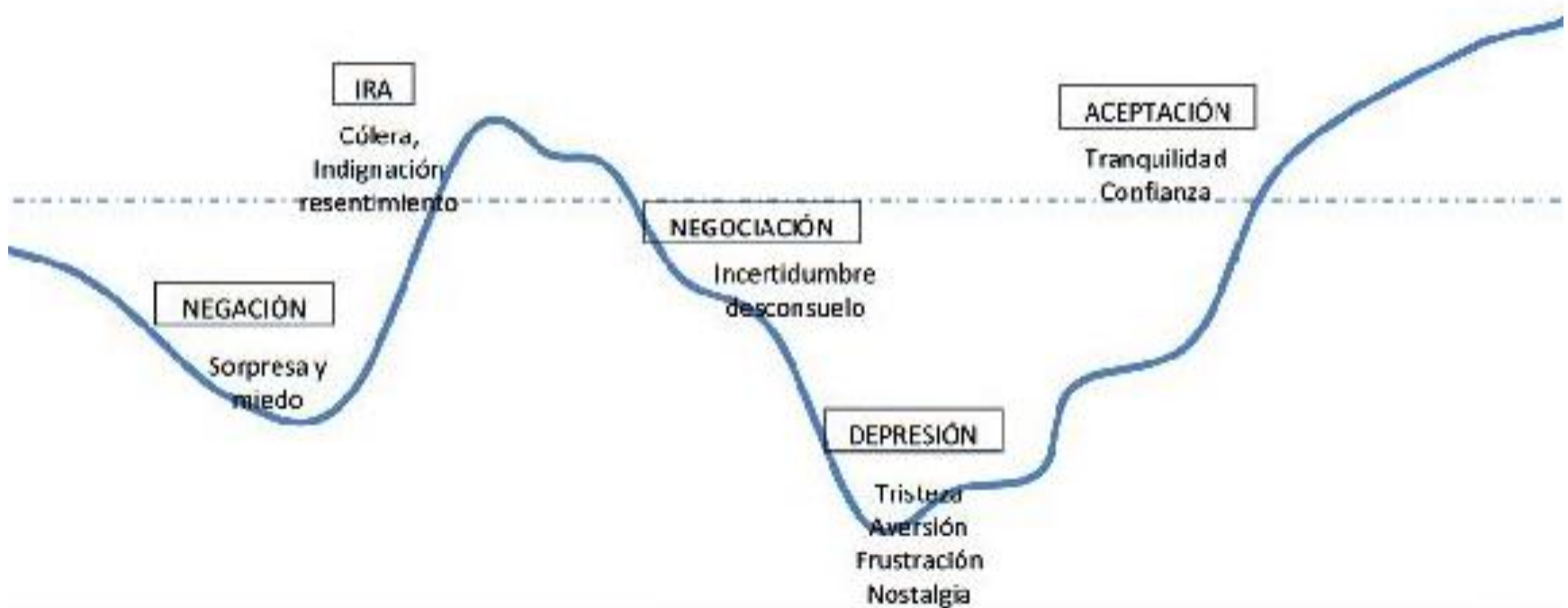
# Alabanza y crítica

- Alabanza - a menudo revela lo que más valora.
- Crítica - a menudo revela sus inseguridades más profundas.

# ¿Cómo manejar la crítica?

- **Manejar la crítica es una habilidad, y como cualquier habilidad, se puede desarrollar a través de la práctica..**
- También es un proceso.

# Etapas del duelo por los datos (Kübler-Ross)



Información y  
Comunicación

Apoyo emocional

Orientación y  
dirección



# 5 formas de manejar la crítica

- 1 **Detégase y escuche**
- 2 **Despersonalice el mensaje**
- 3 **Encuentre la verdad de la otra persona**
- 4 **Intégrese y comprométase**
- 5 **Agradezca**

IE = Inteligencia emocional

# Tratando con Personas Críticas

- Algunos individuos son críticos por naturaleza. No siempre se dan cuenta de que hieren los sentimientos de otra persona.
- Trate de no tomar sus comentarios demasiado seriamente
- Si toma en serio los comentarios negativos, pueden generar resentimiento y enojo hacia la otra persona, lo que podría dañar la relación..



La crítica es fácil,  
pero el arte es difícil.

# Cinco tipos de personas que tienen más probabilidades de ser críticos

- A. Las personas frustradas.** Las personas bajo irritación temporal pueden decir algo de lo que pueden arrepentirse después.
- B. Las persona inseguras:** Estas son personas con baja autoestima, cuya forma de compensación es llevar a todos al nivel en el que ellos sienten.
- C. Las personas celosas:** Estos operan desde un sentido de rivalidad.
- D. Las personas perfeccionistas:** Estos son críticos con ellos mismos y con todos los que los rodean.
- E. Las personas rebeldes:** Estos son críticos de la autoridad.

"Es mejor ser  
**criticado** por un  
hombre sabio,  
que ser alabado  
por alguien falto  
de  
**entendimiento** "

- Eclesiastés 7: 5

# Consecuencias de la crítica

**A. Nos desalenta:** Eclesiastés 7: 21-22.

“Tampoco apliques tu corazón a todas las cosas que se hablan, para que no oigas a tu siervo cuando dice mal de ti; porque tu corazón sabe que tú también dijiste mal de otros muchas veces.”

**B. Nos distrae:** Jesús fue a menudo fuertemente criticado, pero nunca dejó que sus críticos dictaran o distrajeran su ministerio.

**C. Nos conduce:** Deje que nos lleve a la oración, a la humildad, al crecimiento y a la autoevaluación.

“Echa sobre Jehová tu carga, y él te sustentará;  
No dejará para siempre caído al justo”. Salmo 55:22

# RESPUESTAS INCORRECTAS

## a la crítica

- **LUCHAR.** A menudo queremos luchar. El corazón late más rápido, la presión arterial aumenta ...Me alejaré de la conversación.
- **ALEJARNOS.** Nos retiramos, así que los mantenemos a cierta distancia ...para evitar ser heridos.

# Qué evitar cuando eres criticado?

1. No minimizar el problema.
2. No racionalizar.
3. No excusarse
4. No justificarse a sí mismo.
5. No esquivar el problema.
6. No pasar la culpa a otro.
7. No responda con ira, ya que esto provocará una escena y creará malos sentimientos, y posiblemente una mala imagen de usted.



# RESPUESTAS CORRECTAS a la crítica

## 1) **ESCUCHE** la crítica constructive:

- Cuando su motivo sea ayudar y no lastimar.
- Cuando la persona pueda ayudar.

Proverbios 15: 31-32

“El oído que escucha las amonestaciones de la vida, entre los sabios morará. El que tiene en poco la disciplina menosprecia su alma; mas el que escucha la corrección tiene entendimiento”.

# RESPUESTAS CORRECTAS a la crítica

## 2. El momento de responder a la crítica

- Cuando a la persona le falte información, lo que cambiaría su percepción.
- Cuando la persona esté dispuesta a cambio.
  - (Algunas personas, sin importar lo que les diga, seguirán siendo críticas.)
  - (Algunas personas critican por un pasatiempo. No pierda su tiempo con estas personas.)

# RESPUESTAS CORRECTAS a la crítica

## 3) DESECHE la crítica que no tenga valor

- Cuando la persona se caracteriza por ser demasiado crítica.
- Cuando alguien no puede ver nada bueno en la vida, no verá nada bueno en usted.
- Cuando la persona no es sana emocionalmente, o esté herida.

**«Me gusta la crítica. Me hace más fuerte»**

- Lebron James

# Cuando la crítica **es injusta**

¿Qué pasa si la crítica realmente se siente injusta? ○ ¿No fue bien presentada? ○ ¿Qué pasa si realmente pensamos que están equivocados en su opinión?

*Piensa en el dolor y en sus etapas.*



# Respuesta a la crítica

- A. *No sea extremista*: Si se inclina ante cada crítico, intentará complacerlos a todos. Si nunca escucha, puede perder algunos beneficios de las críticas útiles. ¡Algunos críticos tienen razón! Son creíbles. Algunos no tienen idea de lo que dicen, y no se les debe prestar mucha atención.
- B. *Aférrese a su propósito*: El propósito de Dios es lo más importante.
- C. *Orer por sus críticos*: Evite un espíritu crítico. Sea más grande que su crítico. Ore por ellos.
- D. *No deje que el crítico le robe la alegría*: Véase Juan 15:11. Ninguno puede tomar tu alegría a menos que se la entregues.



# Un ejemplo bíblico

- Los hombres de Efraín le preguntaron a Gedeón: "¿Por qué nos has tratado así?"
- "Y lo criticaron duramente ". Pero él les respondió...
- Jueces 8: 1-2
  - Los levantó con mucho ánimo
  - Cuando escucharon su respuesta, ya no estaban enojados.
  - Difuminó la ira respondiendo a la crítica.
    - Prov 15: 1

# Descarte la crítica. Déjela ir...



- A medida que usted se vuelve más efectivo en lo que hace, se convierte en un objetivo más grande para los críticos.
- Si es un líder efectivo en el campo local, si es efectivo en lo que hace en la iglesia, si es efectivo para hacer algo mejor ... cada vez que se eleva por encima de lo normal, se convierte en un objetivo de la crítica.
- Y si no aprende a sacudírsela, a descartarla, entonces ésta hará que pierda su enfoque en lo que mejor sabe hacer.



# Déjala ir...



- Algunos están obsesionados por las palabras que alguien les ha dicho hace mucho tiempo ... ¡Tienen que dejarlas ir!
- Algunos están viviendo para complacer a alguien que ni siquiera está vivo hoy, debido a algo que le dijo que les hizo sentir inferiores. ¡Tiene que dejarlo ir!
- Algunos están tan motivados por lo que piensan los demás, que quieren agradarles a todos. ¡Tiene que dejar ir eso, porque no todos van a quererles siempre!



## En conclusión

"Ellos no pueden hablar en favor de las mejores bendiciones sin arrojar una crítica que eche una sombra de censura. **Seamos cuidadosos.** No permitamos que las críticas de nadie introduzcan objeciones en nuestra mente. Autoeduquémonos para alabar lo que hay de bueno cuando otros critican."

EGW Mensajes Selectos Tomo 3, pág 135



“Los Murmuradores siempre encontrarán defectos, pero no sintamos entristecidos por el elemento acusador. No lo veamos como una virtud el hacer o sugerir dificultades, que una u otra mente presentarán para molestar y sumir a la gente en confusión. Mantenga clara la atmósfera que rodea el alma al detenerse en el brillante sol del cielo, que siempre brilla para hacernos felices. Introduzcamos en nuestras vidas toda la afabilidad posible. ”.

EGW The Youth's Instructor, 22 y 29 de junio de 1899.