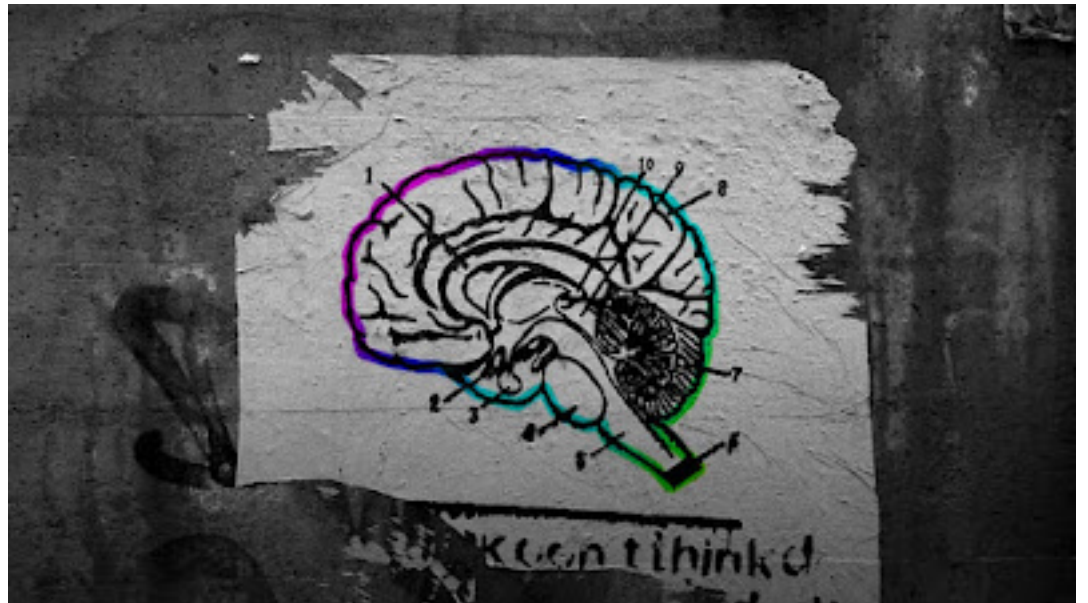


كيف نتعامل مع النقد الموجه إلينا



????? ?????? ????????? (??????? / ?????? (1)).
????????? ?? ?????? ??? ?????? ?????? ?????? ??????
??? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ??????
????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
????????????? ?????????? ?????????? ??? ?? ?????? ?????? ??
????????? ?? ??????????. ?????????? ?????? ?????????? ??????
?? ?????? ?????????? ??? ?????????? ?????????? ???
????????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ??

?????.

??? ??????? ?? ??????? ?? ????? ?? ??????? ???
???????

?????? ?????? ??????? ?????? ??????? (?????? ???????
?? ?????? ??????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????)?
????? ?? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?? ?????? ??
?????? ?? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
?????? ?????? ??????? ??????? ??????? ?????? ??????
?????? ?????? ??????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??
?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??
?????? (2). ?????? ?????? ?? ?????? ?? ?????
?????? ???????

?????????? ?? ?????? ??????????? ?? ?????????? ??????
?? ?????? ??????? ?????????? ?????????? ??? (???? ?????
?????). ?? ?????? ?? ????????????? ?????? ?????????????
??????? ?????? ??????? ??????? ?????????????? ??????. ??
??
??????? ??? ??????????? ??? ?????????? ?? ??? ?????????
??????? ?????????? ?? ??????? ?????????? comfort zone?
??? ?????? ?????????? ?????????? ??????? ??? ?????? ??
????? ?????????? ?????? ?????????????? ??? ?????????????? ???
????? ?????????? ??????? ?? ?????? ?? ??? ??????? ??????
????????? ?????????? ??? ??????? ?????????????? ??????? ??? ??
??????? ??? ?????????? ?????????????? (5).

??? ??????? ??? ??????? ??????? ??? ??? ?????? ???
????? ?? ??? ?????????? ?????? ??? ?? ?????????????? ??????
(??????? / ??????????? ??????????). ?????????? ?? ???
????????? ?????????????? ??????? ?????????? ?? ?????? ???????
????????????? ?????? ?????????????? ?????????? ?????????????? ??
????????? ?? ?????????????? ??? ?????????? ??? ??????????
????? ?????????? ?????????? ??? ?????????? ?? ??? ?????? ??????

????? (???????) ?????? ????? ??? ????????? ??????
?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ??????
?????? ??? ????????? (???????) ?? ???????????.

????? ??????? ??????? ??? ????????? (?????? ??????) ??
??? ?????? ?????? ?? ?????? ????????????? (??? ?? ???
????? ?? ??????????? ?? ??????????). ?????? ??????? ???
?????????????. ????????????? ??? ?? ?????? ??? ??????????
??? ?????????? ?????????? ?????????? ??? ??????? ?????????? ???
????????? ?????????? ??????????????. ?????? ?? ?????? ??? ??
???????????? ?? ?????????? ?????? ?? ??????. ??? ??????? ??.
??? ?? ?????? ??? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????????????
????? ??? ??????????. ?????? ?????????? ?? ?????? ??
???????????? ?? ?????????? ?????????? ?????? ?? ?????????? ?? ???
????? ?????????? ?? ?? ?????? ???????.

??
?????? ?? ??????? ??? ??? ????? ??????????
??
???? ?? ??????? ?? ????????? ?????????? ?????????? ?????????? ??????????
?? ????????????? ?????????? ?????? ??? ?????????? ?? ??????????.

???? ?????? ??????? ?????? ??? ??? ???. ?? ?????? ?????? ??????????
?? ????????????? ?????? ??????? ?????????? ?????????? ?? ??????.
?????? ?? ??????? ?????????? ?? ?????????????? ?????? ??????????
?? ??????? ?????????? ?? ??? ?? ?????????? ?????????? ?? ??? ??
?? ?????? ?????? ??? ???.

???? ?????? ?????? ?????? ?? ?????? ?? ????????. ?? ???
????????????? ?? ?????? ?????????? ?? ?????????? ?? ?????????? ???
????????? ?? ????????. ?????? ?? ?????? ?? ??????????
????????? ??? ??? ??????????????. ?????? ?? ????????? ??

????? ?? ?????? ?? ?????. ????? ??? ?????? ???
???????? ????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????????.

??? ?????? ??? ?????????? ?????? ??????????? ??????
?????? ??? ?????? ?????? ?????? ??????. ???????
?????? ?????????? ?????? ?? ??????? ?????? ?????? ???
?????? ??? ?????? ?????????? ??????. ?????????? ??????????
??? ??????? ??? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ??.
???????? ?? ?????? ?????? ?? ?????? ?????? ?????????? ??
????????? ?????????? ??? ??????? ?????????? ??? ?? ??????
????????? ?? ??????????? ?? ?????? ?????? ?????? ?????? ??
????????? ?????? ?? ?????? ?????????????? ?? ??????. ??????????
????????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????????????? ?????? ?? ??????
??.
????? ?????? ?????????????? ??????? ?? ?? ?????????? ???????
????? ??? ??????? ?????? ?????????? ??????. ?????????
?????? ?????? ?????? ?????????????? ??????? ?????????? ???????
????? ??? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ???
?????????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????.

