***Що таке критичне мислення***

**Критичне мислення**— це система суджень, яка дозволяє аналізувати інформацію таким чином, щоб на її підставі ухвалювати раціональні рішення. Глобально — це  здатність відрізняти брехню від істини, що надзвичайно важливо в так звану епоху постправди, в яку ми зараз живемо.

**Навіщо в сучасному світі критичне мислення**

Навички критичного мислення дають змогу не розгубитися у перенасиченому інформацією середовищі й не піддаватися маніпуляціям. А ще критичне мислення важливе у переговорах та допомагає аргументувати свою точку зору.

**[Як і навіщо розвивати навички майбутнього?](https://happymonday.ua/jak-i-navishho-rozvyvaty-navychky-majbutnogo" \t "_blank)**

Важливо усвідомити: світ не такий, яким ми його бачимо. Іноді не варто вірити навіть власним очам — можна не мати жодних проблем із зором, але при цьому по-різному відповідати на питання, які кольори ми бачимо на зображенні. Кожен із нас сприймає світ через певне дзеркало, в якому відображені ми самі.

Наприклад, ми постійно приймаємо ірраціональні рішення і самі цього не усвідомлюємо. Навіть більшість наших спогадів про минуле хибні — нам часто здається, що ми особисто були свідками тих чи інших подій і згадуємо подробиці, яких насправді ніколи не було.

Ще кілька прикладів когнітивних викривлень:

* ефект Барнума — коли людина вважає точним описом свого характеру дуже загальний перелік рис, який насправді  підходить будь-кому (що активно використовують ворожки та астрологи);
* ефект Пігмаліона — так звані самоздійсненні пророцтва, коли стається саме те, у що ви вірили;
* NIH-синдром (від not invented here — «винайдено не нами») — коли результат чужої праці здається не таким цінним та значущим, як власної.

Щоб не допускати таких помилок, потрібно знати й вивчати когнітивні викривлення і розвивати критичне мислення.

**Основні принципи критичного мислення**

Головним чином критичному мисленню притаманні такі властивості, як усвідомленість та самовдосконалення. Усього можна виділити 7 головних принципів критичного мислення:

* усвідомленість;
* самостійність;
* рефлексивність (самоаналіз);
* цілеспрямованість;
* обґрунтованість;
* контрольованість;
* самоорганізованість.

**Як розвинути критичне мислення**

Психолог Даніель Канеман виділяє у людській психіці дві системи. Cистема 1 — це швидкий спосіб мислення, вона дозволяє швидко приймати рішення. Система 2 — це аналітична робота, яка вимагає часу та зусиль. Вони обидві потрібні, але важливо залучати кожну у відповідний час.

**Три інструменти для розвитку критичного мислення**

* **Лупа** — це презумпція хибності. Усе почуте, прочитане чи навіть побачене варто піддавати сумніву.
* **Дзеркало** знадобиться, щоб пам’ятати, що ми бачимо світ через власне відображення. Вивчайте когнітивні викривлення і не давайте їм заманити вас у пастку.
* **Ваги** потрібні, щоб ставати на бік опонента. Цей метод добре використовувати у командній роботі, зокрема у компаніях. Щоб потренуватися, сформуйте дві команди з протилежними точками зору на певне питання і влаштуйте дебати, де треба відстояти не власну позицію, а довести правильність точки зору опонента.

**Техніка розділення, або «В інтернеті хтось неправий!»**

Знайдіть інформацію, яка викликає у вас негативні емоції. Наприклад, про партію чи особу, яка вам не подобається. Уважно прочитайте новину (бажано — ще й коментарі до неї) і оцініть свої емоції за шкалою від 1 до 10, де 1 — спокій, а 10 — сильне переживання.

А тепер спробуйте поглянути на власні емоції зі сторони і подумати, кому вигідні ваші переживання. Перерахуйте усіх, кому на руку ваші емоції. А чи корисні вони вам?

Уникнути емоцій, звісно, неможливо, але можна правильно їх оцінити і навчитися не діяти під їх впливом.

**Книги для розвитку критичного мислення**

Щоб краще відрізняти правду від брехні, не піддаватися маніпуляціям і ухвалювати свідомі рішення, варто почитати:

1. Деніел Канеман «Мислення швидке та повільне»
2. Андрій Горяїнов «Основи критичного мислення»
3. Деніел Левітін «Путівник по брехні. Критичне мислення в епоху постправди»
4. Олександр Панчин «Захист від темних мистецтв»
5. Авінаш К. Діксіт, Баррі Дж. Нейлбафф «Мистецтво стратегії. Путівник до успіху в житті та бізнесі від експертів теорії гри»

**Як перевірити свій рівень критичного мислення**

Вважаєте, що з критичним мисленням у вас все чудово, і це саме той soft skill, який вам не потрібно додатково розвивати? Це можна перевірити онлайн менше ніж за півгодини! Ось найпростіший онлайн-тест на визначення рівня критичного мислення: <http://critical-thinking.ru/test/>