**Качества, которые помогают сформировать критическое мышление**

**1. Наблюдательность**

Это один из самых первых навыков, получаемых в детстве. В него входит умение подмечать детали и собирать данные с помощью органов чувств. В итоге наши наблюдения приводят к формированию собственного мнения и более глубокому пониманию действительности.

**2. Любопытство**

Интерес к миру и окружающим людям — черта многих лидеров с развитым критическим мышлением. С возрастом мы перестаём следовать врождённому любопытству, но именно оно помогает быть открытым ко всему новому и побуждает углублять свои знания. Чтобы развить его, не принимайте всё как данность, а постоянно интересуйтесь, почему вещи устроены именно так.

**3. Объективность**

Невозможно быть стопроцентно объективным, потому что на нас сильно влияет наше мировоззрение и прошлый опыт. Тем не менее всегда старайтесь максимально беспристрастно взглянуть на ситуацию, проанализировать её. Концентрируйтесь на фактах и [научной оценке](https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/10-science-lovers/?parent-reqid=1647332409643863-4732234949430856070-sas2-0036-sas-l7-balancer-8080-BAL-2534) имеющейся информации. Старайтесь, чтобы эмоции окружающих и ваши чувства не влияли на рассуждения.

**4. Самоанализ**

Это размышления об устройстве ваших мыслительных процессов. Самоанализ даёт представление о ваших возможных заблуждениях, а также том, насколько вы внимательны. Он помогает изучить свои сокровенные мысли, чувства и ощущения.

**5. Аналитическое мышление**

Способность анализировать информацию важна в любом вопросе: при подписании контракта, составлении отчёта или бизнес-плана, даже в построении отношений с людьми. Для этого нужно разбить информацию на составные части и оценить, как они функционируют вместе и по отдельности. Анализ должен строиться на наблюдении, сборе и оценке доказательств. Только после этого вы можете сделать объективный вывод.

**6. Способность выявлять заблуждения**

Ищите доказательства своих убеждений и проверяйте, заслуживают ли доверия источники ваших знаний. Это поможет выявить [заблуждения](https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/10-myths/?parent-reqid=1647332409643863-4732234949430856070-sas2-0036-sas-l7-balancer-8080-BAL-2534), которые часто остаются незамеченными и искажают наше восприятие.

Оценивая какую-то информацию, подумайте, кому она может принести пользу. Нет ли от неё скрытой выгоды для источника? Не замалчиваются ли факты, противоречащие данной информации?

**7. Умение определять значимость информации**

Одна из главных трудностей — понять, какая информация особенно актуальна и значима в конкретной ситуации. Все поступающие данные сначала кажутся ценными, но это не всегда подтверждается. Подумайте, актуален ли источник информации, является ли он непредвзятым, не отвлекает ли он от более важной точки зрения.

**8. Умение делать предположения на основе фактов**

Мы не всегда получаем информацию с разъяснением того, что она значит. Её нужно оценить и сделать собственные выводы, основываясь на сырых данных. При этом необходимо учитывать возможные варианты развития событий.

Но не путайте умение строить предположения на базе фактов с простыми догадками. Например, если вы прочитаете, что кто-то весит 118 килограммов, вы можете подумать, что у этого человека лишний вес и плохое здоровье. Хотя чтобы сделать вывод, нужно знать его рост и конституцию.

**9. Эмпатия** (это осознанное сопереживание эмоциональному состоянию других людей, способность распознать, что они чувствуют, и выразить сострадание)

Сострадание может показаться лишним для критического мышления, ведь сентиментальность и эмоциональность искажают наше восприятие. Но без эмпатии мы рассматриваем всё лишь с точки зрения сухих данных и фактов. Такой взгляд быстро распространяется на все сферы, и мы начинаем сомневаться во всём.

Чтобы эффективно мыслить критически, нужно учитывать человеческий фактор. Не забывайте, что в ситуациях, с которыми вы сталкиваетесь, важны не только данные, но и [люди](https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/emotional-intelligence/?parent-reqid=1647332409643863-4732234949430856070-sas2-0036-sas-l7-balancer-8080-BAL-2534).

**10. Отсутствие заносчивости**

Признавайте свои ошибки и не завышайте свои достоинства. Знание собственных недостатков и сильных сторон — важный элемент критического мышления. Так что не отвергайте чужие мнения без размышления. Старайтесь замечать, когда вы неправы, и будьте готовы при необходимости поменять свои взгляды.

**11. Готовность бросить вызов существующему положению дел**

Не соглашайтесь использовать традиционные методы только потому, что придерживались их раньше. Ищите разумные ответы и способы, учитывающие всю имеющуюся информацию. Такая готовность нарушать статус-кво может показаться провокационной, но именно она лежит в основе инновационных подходов.

**12. Открытость всему новому**

Не делайте скоропалительных выводов. Подходите к каждой ситуации непредвзято и принимайте чужие взгляды и мнения. Не вставайте на чью-то сторону, пока не знаете всех точек зрения. Это поможет целостно оценить ситуацию.

**13. Осознание типичных ошибок мышления**

Не позволяйте заблуждениям и иллюзиям сбить вас с толку. Изучите распространённые [когнитивные ошибки](https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/25-oshibok-myshleniya/?parent-reqid=1647332409643863-4732234949430856070-sas2-0036-sas-l7-balancer-8080-BAL-2534), которые часто закрадываются в рассуждения и споры. Например: ошибка лёгкого пути — когда вы упорно придерживаетесь предпочитаемого взгляда, даже если существуют более вероятные объяснения.

**14. Творческий подход**

Обычно креативность ассоциируется с генерацией идей, а критическое мышление — с их анализом и оценкой. Но творческий подход поможет нестандартно относится к решению любых проблем.

Не цепляйтесь за шаблоны. Заводите новые интересы, чтобы смотреть на дело с разных точек зрения. Экспериментируйте и ставьте себя на чужое место.

**15. Способность эффективно коммуницировать**

Проблемы в общении часто возникают из-за неспособности оценить ситуацию или посмотреть на дело с другой стороны. Для этого и нужно критическое мышление. Оно помогает верно выстраивать собственные суждения и высказывать их, а также следить за ходом мыслей собеседника.

**16. Умение слушать**

Важно не только донести до других своё мнение, но и [уметь выслушать](https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/slushat-ludej-vazhno/?parent-reqid=1647332409643863-4732234949430856070-sas2-0036-sas-l7-balancer-8080-BAL-2534) чужое. Активно участвовать в разговоре, а не пассивно слушать человека. Задавайте вопросы, чтобы чётко отделить факты от своих предположений. Старайтесь получить больше информации и понять собеседника, углубляясь в тему беседы и уточняя то, что непонятно.

**17. Настойчивость** – это личностное качество, заключающееся в способности целеустремленно решать поставленную задачу, преодолевая любые внутренние и внешние препятствия. Настойчивая личность не только упорно работает над достижением цели, но и учится на своих ошибках и неудачах, вместо того, чтобы огорчаться и терять время на непродуктивные переживания.

**18.** Г**ибкость** - это [черта личности](https://translated.turbopages.org/proxy_u/en-ru.ru.14db280f-62316b4f-0959b80c-74722d776562/https/en.wikipedia.org/wiki/Personality_trait), которая описывает степень, в которой человек может [справляться](https://translated.turbopages.org/proxy_u/en-ru.ru.14db280f-62316b4f-0959b80c-74722d776562/https/en.wikipedia.org/wiki/Coping_(psychology)) с изменениями обстоятельств и думать о проблемах и задачах новыми, творческими способами. Это способность приспосабливаться к ситуационным требованиям, уравновешивать жизненные требования и брать на себя обязательства по поведению.

**19. Осознанность** – это понятие в психологии, обозначающее состояние, в котором человек фокусируется на чувствах и переживаниях, испытываемых им в данный момент. При этом значительно возрастает внимательность, которая может быть направлена как на внутренние ощущения, так и на более детальное восприятие внешних событий. Она позволяет максимально насытить свою жизнь смыслом, оживить её постоянно поступающими эмоциями, научиться лучше понимать окружающих и самого себя.

## **20. Готовность исправлять свои ошибки**

Все мы время от времени ошибаемся. Думающие люди, вместо того чтобы попытаться оправдать свои ошибки, умеют их признавать и тем самым учатся на них. Прислушиваясь к мнению окружающих, они стремятся понять, в чем неправы, и найти причины ошибки. Такие люди могут признать свои стратегии действия неэффективными и отвергнуть их, выбирая новые и совершенствуя свое мышление.

## **21. Готовность к планированию**

## Планирование — первый и очень важный невидимый шаг к критическому мышлению. Постоянно упражняясь, каждый может развить в себе привычку планировать.

## **22. Поиск компромиссных решений**

Групповые формы деятельности являются преобладающими в современном мире. Критически мыслящему человеку необходимо обладать как хорошо развитыми коммуникативными навыками, так и умением находить решения, которые могли бы удовлетворить большинство. Без этого даже самые светлые головы не смогут воплотить свои мысли в конкретные дела.