

مهارت تفکر انتقادی

نویسنده:

هریسون والتون

مترجم:

سیدصابر اکبرموسوی



سرشناسه	:	والتون، هریسون Walton, Harrison
عنوان و نام پدیدآور	:	مهارت تفکر انتقادی / نویسنده هریسون والتون؛ مترجم سیدصابر اکبرموسوی
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات برگ و باد، ۱۴۰۲
مشخصات ظاهری	:	۷۳ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۸۰۹۱-۰۷-۵
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
یادداشت	:	عنوان اصلی: Critical thinking: think in mental models to deop effective decision making and problem solving skills ...
موضوع	:	تفکر انتقادی Critical thinking
شناسه افزوده	:	اکبر موسوی، سیدصابر، ۱۳۸۱- مترجم
رده‌بندی کنگره	:	BF441
رده‌بندی دیویی	:	۱۵۳/۴۲
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۳۷۲۴۳۲
وضعیت رکورد	:	فیا

مهارت تفکر انتقادی

سیدصابر اکبرموسوی

که مترجم

دکتر اردوان تقوا

که ویراستار

برگ و باد

که ناشر

۵۰۰ نسخه

که شمارگان

اول ۱۴۰۲

که نوبت چاپ

۸۰۰۰۰ تومان

که قیمت

ISBN: 978-622-8091-07-5

CRITICAL THINKING

Think in Mental Models to Develop Effective Decision Making and Problem Solving Skills. Overcome Cognitive Biases and Fallacies in Systems to Think Clearly in Your Every-day Life.



HARRISON WALTON



انتشارات برگ و باد:

۰۹۱۹۶۰۱۱۵۴۲ - ۰۲۱۷۷۰۷۳۴۷۶

@nashr.bargobad

ardavantaghva@gmail.com

«حق چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر برگ و باد است.»

هر گونه اقتباس و استفاده از این اثر، مشروط به دریافت اجازه‌ی کتبی از

ناشر است.»

پیشگفتار

کتاب حاضر مجموعه‌ای مختصر و جذاب از مطالبی است که در دانشکده‌های رشته روانشناسی و علوم تربیتی تدریس می‌شود. هدف از ترجمه‌ی این کتاب، آشنایی با مهارت تفکر نقادانه و لزوم پیاده‌سازی آن در زندگی است. تکنیک‌های کاربردی گفته شده موجب شناخت و یادگیری هر چه بهتر تفکر انتقادی که یک مهارت مهم در زندگی است، می‌گردد. با مطالعه‌ی این کتاب به درک بهتری از زندگی دست پیدا می‌کنیم که می‌تواند در داشتن یک شخصیت سالم و پویا به ما کمک کند.

از خوانندگان محترم درخواست می‌شود نقطه نظرات ارزشمند خود را از طریق راه‌های ارتباطی زیر با ما در میان بگذارند:

سیدصابر اکبرموسوی

@Saber_mousavi

۰۹۳۵۸۶۷۱۳۳۵

www.ketab.ir

۱ مقدمه

۵ ۱. درک تفکر انتقادی

۵ تفکر انتقادی چیست؟

۶ چرا به تفکر انتقادی نیاز دارید؟

۸ منطق تشکیل یک استدلال

۱۲ آیا تفکر نقادانه بر خلاف باورها و احساسات شخصی است؟

۱۴ آیا تفکر انتقادی مانعی برای تفکر خلاق است؟

۲۰ ساختار یک متفکر انتقادی

۲۳ نقش یک متفکر غیرمنتقد

۲۵ ۲. الگوهای ذهنی تفکر انتقادی

۲۹ درک ادعاها، مسائل و استدلال‌ها

۳۱ سایر الگوهای ذهنی

۳۳ کاربرد الگوهای ذهنی

۳۹ ۳. سوگیری شناختی و مغالطه

۴۰ - سوگیری‌های شناختی و تضعیف الگوهای ذهنی

۴۱ بهبود ساختارهای ذهنی

۴۵ - مغالطه‌های شناختی

۴۷ ۴. تشکر صمیمانه

۵. مهارت حل مساله ۴۹

تکنیک‌ها ۴۹

- مزایای مهارت حل مساله ۵۴

- بهبود مهارت حل مساله و تصمیم‌گیری ۵۷

- اولویت‌بندی ۵۸

- شناخت مشکل اصلی ۶۰

- چگونگی به کارگیری استدلال، قضاوت، تجزیه و تحلیل و یادگیری به نفع خود

..... ۶۲

۶. چگونگی تصمیم‌گیری درست و بهینه ۶۵

۱- اولین قدم ۶۵

۲- بینش تخصصی کسب کنید ۶۷

۳- به چالش کشیدن ایده‌ها و اطلاعات ۶۷

۴- برای بدترین اتفاقات آماده باشید ۶۸

۵- پیامدهای تصمیم‌گیری و حل نادرست مساله ۶۹

۷. کلام پایانی ۷۱

مقدمه

آیا جالب نیست بدانید که مغز ما شبیه یک کامپیوتر عمل می‌کند؟ در واقع، مغز یک و نیم کیلوگرم^۱ وزن دارد، یک اثر رایانه طبیعی محسوب می‌شود که به عنوان مرکز کنترل کل بدن عمل می‌کند. مغز برای عملکرد کلیه قسمت‌های بدن حیاتی است، به طوری که در همه‌ی فعالیت‌هایی که در زندگی انجام می‌دهید نقش دارد. مغز بخش‌های ترکیبی شما را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد؛ به طوری که تعیین می‌کند افکارتان به چه نحوی شکل بگیرد، چگونه اعمالتان را هدایت کند و چطور رفتار اجتماعی داشته باشید؟ مغز افکار، میزان ادب، و بی‌ادبی، نحوه‌ی برخورد با موقعیت‌های خطرناک و حتی نحوه‌ی رفتارتان با غریبه‌ها، همکاران، خانواده و دوستان را کنترل می‌کند.

درست است که بگوییم ذهن شما مسوول سلامت عاطفی است. مغز همچنین بر نحوه‌ی ارتباط شما با مردم تاثیر می‌گذارد. اساساً چیزی که باید درک کنید این است که تقریباً مغز در هر مسأله‌ای که در طول زندگی درگیر آن هستید، دخیل است. به

همین دلیل، اگر بخواهید در تقویت مهارت‌های تفکر خلاق خود موفق شوید، باید آن را پرورش دهید، تغذیه سالم و ورزش انجام دهید تا بفهمید ذهنتان چگونه کار می‌کند. ناگفته پیداست، تنها زمانی می‌توانید تفکر انتقادی خود را مدیریت نمایید که در هر موقعیتی بتوانید مشکلات را حل کرده و چالش‌های دشوار را به گونه‌ای رقم بزنید که شرایط را برای شما و کسانی که می‌خواهید به آنها کمک کنید، بهتر کند.

در واقع مغزتان پیچیده‌تر از یک کامپیوتر است. به عنوان مثال، دارای ۱۰۰ میلیارد سلول عصبی است و تمام این پایانه‌های عصبی با بسیاری از سلول‌های دیگر ارتباط دارند. شاید باور این موضوع برایتان سخت باشد، اما همان مغز کوچک داخل سرتان در درون خودش؛ بیشتر از تعداد ستارگان جهان ارتباطات دارد. با استفاده از همه‌ی این ارتباطات فیزیکی، وقتی برای بهبود عملکرد خود تلاش می‌کنید، می‌توانید در محل کار، روابط، تفریح و در تمام زمینه‌های دیگر زندگی‌تان به بهترین حالت ممکن تبدیل شوید.

وقتی صحبت از ورزش می‌شود، مغز به اندازه‌ی جسم به تمرین نیاز دارد، بنابراین برخی افراد مراقبه، یوگا، خوردن غذاهای سالم و انجام کارهای دیگر را برای بهبود سلامت مغز انتخاب می‌کنند. غالباً، انعطاف عملکرد مغز می‌تواند به شما بگوید که زندگی‌تان چگونه است، زیرا این مغز است که رایانه‌ای را در خود جای داده و زندگی روزمره‌تان را اداره می‌کند. واقعیت این است که صرف نظر از سن شما، مغزتان نیاز به ورزش دارد و وقتی به طور منظم آن را تمرین دهید، تأثیر مثبت آن در زندگی آشکار می‌شود. به طور خلاصه، وقتی می‌خواهید مغزتان همواره قادر به حل مشکلات حتی از نوع سخت‌ترین مسائل باشد، باید مراقب آن بوده و هم به تغذیه و هم میزان ورزش منظمی که برای ذهن در نظر می‌گیرید، توجه داشته باشید.

این کتاب درباره تفکر انتقادی است که شامل راهبردهای هوشمندانه و تفکر منطقی می‌شود. همچنین در مورد بهترین مهارت‌های تصمیم‌گیری که باید کسب

کنید، صحبت می‌کند. هر چیزی که در کتاب مورد بحث قرار می‌گیرد نیاز به استدلال بسیار زیادی دارد، به این معنا که مغزتان باید بنا به ضرورت، در فرم عالی و آماده خود باشد. به همین دلیل، این کتاب توضیح می‌دهد که برای ورزش مغز از چه روشی باید استفاده کنید و برای تبدیل شدن به یک متفکر منطقی به انجام چه کارهایی نیاز دارید؟ شما همچنین در این کتاب، بهترین تکنیک‌ها جهت تقویت مهارت‌های تصمیم‌گیری را خواهید آموخت.