

批判性思维工具

作者：琳达·埃尔德 理查德·保罗

批判性思维工具（原书第3版）

Critical Thinking: Tools for Taking Charge of Your Learning and Your Life

[美]保罗（Paul, R.）

[美]埃尔德（Elder, L.） 著

侯玉波 等译

ISBN: 978-7-111-42235-8

本书纸版由机械工业出版社于2013年出版，电子版由华章分社（北京华章图文信息有限公司）全球范围内制作与发行。

版权所有，侵权必究

客服热线：+ 86-10-68995265

客服信箱：service@bbbvip.com

官方网址：www.bbbvip.com

新浪微博 @言商书局

腾讯微博 @bbb-vip

目 录

[译者序](#)

[前言](#)

[新版的特点](#)

[感谢](#)

[绪论](#)

[最新的批判性思维概念](#)

[作为一个思考者，你的技能如何](#)

[良好的思维方式需要付出努力](#)

[批判性思维的概念](#)

[成为自己思维的批判者](#)

[建立新的思维方式](#)

[培养对自己推理能力和识别事物能力的信心](#)

[第1章 成为公正的思考者](#)

[批判性思维的强弱](#)

[公正性需要什么](#)

[思维谦逊：努力发现自己对未知知识忽视的程度](#)

[思维的勇气：培养自己敢于挑战大众信念的勇气](#)

[思维换位思考：从他人的角度学习理解相反的观点](#)

[思维正直：用同样的标准评判他人和自己](#)

[思维坚毅：不轻易地放弃；战胜挫折和困难](#)

[对推理的信心：重视证据和推理，将之视为发现真相的重要工具](#)

[思维自主：重视思考的独立性](#)

[认识思维特质之间的相互关联性](#)

[小结](#)

[第2章 你处于批判性思维前四个阶段的哪个阶段](#)

[阶段1 鲁莽的思考者](#)

[阶段2 质疑的思考者](#)

[阶段3 初始的思考者](#)

[阶段4 练习中的思考者](#)

[一份通向进步的“游戏计划”](#)

[为制订练习计划而建议的策略](#)

[将建议中的策略一个个合并起来](#)

[第3章 自我理解](#)

[监控日常思维和生活上的自我中心](#)

[努力做到思维公正](#)

[识别大脑的三个与众不同的功能](#)

[理解你与大脑间的特殊关系](#)

[将所学课程与你的生活问题建立联系](#)

[整合理智和情感的学习](#)

[第4章 思维的组成](#)

[推理无处不在](#)

[思维的成分](#)

[思维元素概览](#)

[生活实例：杰克与吉尔](#)

[实例分析](#)

[思维成分的整合](#)

[思维要素之间的关系](#)

[批判性思维指向一定目标](#)

[批判性思考者能够组织概念](#)

[批判性思考者评估获取的信息](#)

[惰性知识](#)

[主动性忽略](#)

[活性知识](#)

[批判性思考者能够区分推论与假设](#)

[批判性思考者能够透彻理解推论的意义](#)

[批判性思考者能够调整观点立场](#)

[批判性思考者的观点立场](#)

[小结](#)

[第5章 思维标准](#)

[深入理解通用思维标准](#)

[清晰性](#)

[准确性](#)

[精确性](#)

[相关性](#)

[深度](#)

[广度](#)

[逻辑性](#)

[重要性](#)

[公正性](#)

[将思维元素和思维标准结合](#)

[看得见的假设、目标和结果](#)

[需要解决的重要问题](#)

[观点或参照系](#)

[信息、数据、经验](#)

[概念、理论、观点](#)

[假设](#)

[结果与意义](#)

[推理](#)

[使用思维标准的简要指南](#)

[第6章 培养良好思维的提问](#)

[思维中提问的重要性](#)

[质疑你的问题](#)

[呆板的问题反映惰性的思考](#)

[三种问题类型](#)

[成为苏格拉底式提问者](#)

[关注问题的类型](#)

[关注思维标准](#)

[关注思维元素](#)

[关注问题优先次序](#)

[关注思维领域](#)

[小结](#)

[第7章 掌握思维，掌握内容](#)

[超越表面化的记忆，深度学习](#)

[内容和思维的关系](#)

[通过思维理解内容，通过内容进行思考](#)

[所有内容都是由概念组成](#)

[所有内容逻辑上是互相依存的](#)

[用思维的知识在课堂上思考](#)

[提醒](#)

[第8章 了解优秀思维者是如何学习的](#)

[优化学习的18个策略](#)

[典型大学课堂的逻辑](#)

[成为熟练的思考者](#)

[典型的大学课程设计和典型的大学生](#)

[理清你所学课程的最基本概念](#)

[清楚课程和学科必要的思维模式](#)

[了解一门学科的逻辑](#)

[生物化学的逻辑](#)

[另外四门学科的逻辑](#)

[生物学的逻辑](#)

[生态学的逻辑](#)

[航空航天工程的逻辑](#)

[电气工程的逻辑](#)

[确保课程设计对你有效](#)

[听说读写和思考](#)

[找出一篇文章的逻辑](#)

[弄清教科书的逻辑](#)

[评价作者推理的标准](#)

[第9章 重新评估自己思考和学习的水平](#)

[发展自我评估的策略](#)
[运用特征来评价你的表现](#)
[模范学生（A档）](#)
[高层次学生（B档）](#)
[中间品质学生（C档）](#)
[表现不良的学生（D档或者F档）](#)
[运用学生特征去评价你自己在具体学科中的表现](#)
[模范心理学学生（A档）](#)
[高层次的心理学学生（B档）](#)
[中间品质的心理学学生（C档）](#)
[表现不良的心理学学生（D档或者F档）](#)
[小结](#)
[第10章 决策和问题解决](#)
[决策](#)
[评估决策的模式](#)
[“重大”决策](#)
[决策的逻辑](#)
[决策的维度](#)
[早期的决策（2~11岁）](#)
[青春期决策（12~17岁）](#)
[问题解决](#)
[成为一名积极的问题解决者](#)
[问题解决的评价模式](#)
[“大”的问题](#)
[问题解决的维度](#)
[越过解决问题的陷阱](#)
[用思维元素来分析问题](#)
[解决问题的艺术](#)
[小结](#)
[第11章 应对自身的非理性](#)
[管好自私的天性](#)
[了解自我中心思维](#)
[自我中心是一种思维方式](#)
[成功的自我中心思维](#)
[不成功的自我中心思维](#)
[理性思维](#)
[自我中心的两种模式](#)
[人类心理的病态倾向](#)
[挑战人类心理的病态倾向](#)
[理性的挑战](#)
[控制你的社会中心倾向](#)
[社会中心的本质](#)
[社会分层](#)
[社会中心思维是无意识并有潜在危险的](#)
[社会中心语言在集体当中的应用](#)
[通过概念分析来披露社会中心思维](#)
[通过概念分析揭示工作中的意识形态](#)
[小结](#)
[第12章 如何甄别新闻中的媒体偏见和宣教](#)
[民主与新闻媒体](#)
[使得新闻媒介逻辑晦涩难懂的谬见](#)
[新闻媒体的客观性](#)
[观点](#)
[客观的形式](#)
[对主流观点偏见的知觉](#)
[宣教和新闻报道的撰写](#)
[避免本国受众产生负罪感](#)
[辨别社会中心思维](#)
[歪曲报道来支持特权的观点](#)
[如何从宣教和标准新闻报道中获得有益信息](#)

[成为新闻批判性读者的步骤](#)

[媒体对媒体偏见的意识](#)

[对新奇和轰动效应的偏爱](#)

[新闻批判性读者](#)

[关于新闻媒体的疑问](#)

[找到替代的信息来源](#)

[成为一个自我思考者](#)

[被淹没、忽视和弱化处理的报道](#)

[使用网络](#)

[其他可供选择的信息](#)

[小结](#)

[第13章 谬误：心理诡计和操纵诡计](#)

[人类心理的真实和自欺](#)

[三种类型的思考者](#)

[非批判性思考者（无思维技巧的思考者）](#)

[熟练的操纵者（稍有批判性思维的思考者）](#)

[公正批判性思考者（具有高度批判性思维的人）](#)

[思维谬误的概念](#)

[界定谬误](#)

[错误和谬误](#)

[没有穷尽的谬误列表](#)

[错误的概括化](#)

[分析概括](#)

[事后概括](#)

[类比和隐喻](#)

[44种赢取辩论的诡计](#)

[谬误识别：分析过去的一则演讲](#)

[谬误识别：分析当代的一则演讲](#)

[谬误识别：分析一则总统候选人的演讲](#)

[避免两个极端](#)

[小结](#)

[第14章 努力成为一名有道德的推理者](#)

[为什么人们对道德感到困惑](#)

[道德推理的基础](#)

[道德概念和原则](#)

[道德原则的一般本质](#)

[区分道德和其他思维领域](#)

[理解我们的固有自私](#)

[小结](#)

[第15章 策略性思维：第一部分](#)

[理解和使用策略性思维](#)

[策略性思维的成分](#)

[策略性思维的开始](#)

[核心理念#1：思维、感受和需求是相互依存的](#)

[核心理念#2：这是有逻辑的，并且你能把它弄清楚](#)

[核心理念#3：进行定期评价，提高思维的质量](#)

[第16章 策略性思维：第二部分](#)

[核心理念#4：自我中心是默认的心理机制](#)

[核心理念#5：审慎对待我们周围人的自我中心](#)

[核心理念#6：人们倾向于做出超出个人经验的概括](#)

[核心理念#7：误把自我中心思维作为理性思维](#)

[核心理念#8：自我中心思维是自动发生的](#)

[核心理念#9：我们经常通过控制或顺从来谋取权力](#)

[核心理念#10：人类的社会中心倾向是天生的](#)

[核心理念#11：理性的发展需要练习](#)

[小结](#)

[第17章 成为一名高级的思考者：总结](#)

[练习批判性思维](#)

[阶段5：高级的思考者](#)

[阶段6：完善的思考者](#)

[完善的思考者的心理品质](#)
[完善的思考者的内在逻辑](#)
[完善的思考者](#)
[参考文献](#)

译者序

思维是人类最重要的高级心理活动之一，思维和意识的存在才使人类和其他的动物有了显著的不同。心理学很早就关注对思维的研究，但传统的心理学把思维与问题解决等联系起来，对思维如何影响人类生活很少关注。随着文化心理学的发展和积极心理学运动的进一步深入，人们开始把研究的重点放在思维方式的影响上，心理学家意识到思维方式是一个人幸福和成功的决定性因素。本书就是这种思路的体现，作者理查德·保罗和琳达·埃尔德通过对成功人士的分析，总结出了一系列优秀的思维特征，并试图把这些成功思考者所使用的方法提供给我们每一个人，掌握了这些思维方法的人将会成为命运的主宰。

本书用17章的篇幅阐述了批判性思维的问题，这些问题包括从批判性思维的概念、意义到如何成为一个批判性思考者以及一个好的批判性思考者应该是什么样的等问题。作者在第1章里首先阐述了公正性的含义，并把它看成是批判性思维的正确走向。第2章分析了批判性思维的不同阶段，看看你是处于哪个阶段的思考者是进一步思维训练的基础。第3章从自我理解的角度分析了如何做到思维公正。第4章则详细阐述了批判性思维的组成。第5章给批判性思维确立了标准。第6章从提问的角度阐述了批判性思维如何通过训练而养成。第7章阐述了批判性思维学习中要掌握的内容。第8章讲了优秀思考者的学习过程。第9章则是对学习的评估。第10~13章进一步阐述了批判性思维在一些特殊领域的培养和应用问题，这些问题涉及决策、自身非理性的克服、媒体和宣教偏见以及心理谬误的问题。第14章从道德的要求阐述了批判性思维的问题。随后的第15章和第16章则从策略性角度阐述了批判性思维。第17章则对如何成为一名高级的批判性思考者做了总结。通过这一系列的分析，我们能清楚地看到批判性思维是如何培养和建立起来的。

本书的最大特点是实践性强，每一种观念或观点都有方法的支持，也就是说，只要你遵照作者提供的方法，你一定能够把自己训练成为一个具有批判性思维的思考者。与布鲁克·诺埃尔·摩尔和理查德·帕克所撰写的同类书籍《批判性思维：带你走出思维的误区》相比，这本书所提供的方法操作性更强。批判性思维作为心理学应用的一个重要领域，对我们每个人的成长都是必不可少的，我们相信这本书所提供的理论和方法能对我们每个人训练自己的思维有所帮助。

感谢北京大学心理学系人格与社会心理学研究中心的研究生参与了这本书的初译，他们是郭晓明、蔡雯欣、陈书怡、李昕琳、姜佟琳、孙晓琪以及华南师范大学的董梦辰同学。也感谢本书的策划编辑李欣玮及责任编辑赵艳君，她们从选题到统稿都付出了巨大的心血。全书由我校稿审定，由于时间关系和译者的水平有限，难免会有不当之处，欢迎读者批评指正。

侯玉波

2013年3月20日

于北京大学静园3院

前言

思维方式决定着行为方式。思维决定行为、感受和需求。如果思维方式不现实，你将会因此身陷沮丧和挫折之中。如果思维方式过于悲观，你就会错失生活中很多快乐的事情。

认真思考生活中能够引发你强烈情感的事情，然后分析在这些事情中，是怎样的思维方式引起了你这样强烈的情感。举个例子说，假如上大学使你感到无比兴奋，这可能是源于你对大学的美好预期。而如果你不愿意去上课，这可能是因为你认为上课很无聊，或者可能是学习内容太难。

同样的，如果你觉得自己的生活质量不够理想，这也很可能是你的思维方式导致的。在生活中，积极的思维方式带来积极的心理感受，相反，消极的思维方式带来消极的心理感受。

当你认为大学生活必定是充满了快乐、友谊，受到同学的尊重和喜爱时，你的生活也会充满同样的欢乐和激情。而当你认为原本设想的一切美好都没有实现、你对这耿耿于怀的时候，你会深感失望甚至沮丧（这主要取决于你对经验解释的消极程度）。

大多数人的思维方式都是潜意识的。这就像大部分悲观的人都不会承认自己是悲观的一样，他们绝不会承认他们自己以消极悲观的方式来思考自我和自己的生命经验，并且总是千方百计地让自己不高兴。

而要想在人们没有意识到自身思维过程的情况下改变思维是不可能的。当思维在潜意识中运作时，我们无法察觉到思维的存在，从而也就不会想去改变我们的思维方式。

在现实生活中，只有少数人能够认识到思维方式在生活中的重要作用，并且能够对其进行控制。对于大多数人而言，在很多情况下，我们都是自己思维方式的受害者，我们惯常的思维方式常常对我们有害无益。我们是自己最大的敌人，潜意识中的思维方式成为我们生活中问题的来源：它妨碍我们对机会的觉察和把握，使我们不能专注于最有意义的事情；妨害我们的人际关系，使我们坠入痛苦的深渊。

我们如何界定一名优秀的大学生呢？决定一名大学生是否优秀的最重要因素就是他们的思维方式。从事学术研究时思维质量高，研究质量就会相应地提高；阅读的时候思维方式活跃，读书就会卓有成效；写作的时候思维质量高，写出的文字自然经读耐读。总的来讲，如果一名学生研究做得不错，阅读和写作也优秀，那么这名学生就是优秀的。当然，导师也会在学生的学习中起到一定的作用。在帮助学生学习的过程中，有的导师做得好，有的做得差一些，但是即使最好的导师也不能代替学生学习、思考、阅读和写作。如果一名学生缺少对课程内容进行思考的必要思维技能，他就不是一名优秀的学生，就不会在大学中获得成功。

本书探讨的一个关键问题就是：如果思维方式是一个人幸福、成功与否的决定性因素，我们为何不去发现和學習那些幸福、成功人士的思维技巧呢？你或许不能精通所有的思维技巧，但是学到任何一种思维技巧，你都会获益匪浅。

本书将会呈现那些成功思考者所使用的思维方法，并且提供学习和练习这些思维方式的方法。通过对本书的阅读和学习，你将会成为一个掌握自己命运的批判性思考者。但最终决定你的思维方式能否改善的关键还是你自身提高的意愿。下面是成功思考者的一些特征：

■优秀的思考者总是在思考他们的思维过程。优秀的思考者认为思维并不是自动的。他们不认为优秀的思维方式是天生的，他们关注自己的思维过程，不断地对其进行反省和调整。

■优秀的思考者都有明确的目标。优秀的思考者从不盲目，他们知道自己的目标所在。他们清楚自己想要什么，拥有明确的目标并知道这些目标之间的优先顺序。他们不断地检查和调整自己的行动使其服从于目标。

■优秀的思考者使用一些思维“工具”来提升他们思维的质量。优秀的思考者知道如何清晰地表述自己的思维方式、如何检查思维方式的准确性和精确性。他们知道如何专注于与目的相关的问题上。优秀的思

考者知道如何全方位深度地看待问题，使思维方式更加具有逻辑性。

■优秀的思考者能够将他们的思维与感受、需求相分离。优秀的思考者清楚想法自身不能转化为现实。他们知道人们会不理性地感到愤怒、害怕或者是缺乏安全感，但他们不会允许无端的情感左右他们的决策。他们能洞察自己的心思，这使得他们可以审查自身思维运作的过程，从而可以仔细地控制思维过程（见第1章）。

■优秀的思考者常常分解、剖析事情。优秀的思考者常常“分析”他们的思维方式。他们不相信心智可以自动对思维方式进行分析。我们必须有意识地学习分析思维方式这个方法，这需要我们了解（思维组成部分的）相关知识和进行（精确控制这些思维组成部分的）练习（见第2章）。

■优秀的思考者经常评估自己的思维方式——找出他们思维方式的优缺点。优秀的思考者不相信心智会对自己自动地进行评估。他们认识到心智对自己的评估方法有天生的缺陷。人们必须有意识地学习评估思维方式的方法，这也需要（关于思维普遍标准的）知识和（执行这些标准的）练习。

本书作为一个整体，将会向我们展示对生活中的问题和困难进行正确思考的思维方法和技巧，帮助我们解决学习中、生活中和职业道路上遇到的困难。如果你能认真学习这些方法和技巧，并练习使用它们，你就可以控制自己的思维方式，从而最终提升自己的生活质量。

新版的特点

■新！对于原版中一些过于前端的章节，我们很多老师在授课时都没能把它纳入自己的课程中，因此我们将这些章节删除掉了。本书所有的内容都可以在一个学期或者两个学期内授完。

■新！新版中修正了书中的很多图表，并且添加了一些新的图表，这些图表可以让我们更加直观地理解书中的观点。

■修订！新版第15章、第16章提供了一些练习策略，有助于我们提高生活质量、设计自己批判性思维方式的练习计划。

■修订！第14章强调了我们发展批判性思维的主要障碍——自我中心和社会中心。让同学更真实地了解要成为一名优秀的思考者所需要做的种种努力。

■修订！本书使用的批判性思维的概念是全面、综合、详尽的。此外，我们还以简明、易懂的语言向同学介绍批判性思维的原则。本书阐明的批判性思维的概念适用于所有与人类思维和生活有关的领域。

■修订！书中的概念都建立在公正思维的基础上，以帮助教师培养学生公正的思维方式、拒绝诡辩的思维方式。

■修订！第1章不仅强调了思维技能的发展，更强调发展思维特质。这能够有助于教师培养学生换位思考的思维能力，训练学生的正直性、公平公正等其他思维品质。

■修订！本书选用了通俗易懂的语言而不是专业术语，以使同学能够很好地理解书中的观点。

感谢

感谢以下学者阅读我们的草稿并提出了宝贵的建议，他们是：Dr.Rochelle R.Brunson,Alvin Community College；Jan C.Graham,Maryland Community College；and Bob Schoenberg,University of Massachusetts,Boston.

献辞

谨以此书献给那些因普遍存在的偏见、自欺和不道德的思维方式而遭受苦痛折磨和不公的人。

感谢

特别感谢Gerald Nosich——一名有奉献精神的思想家、学者典范、我的终生挚友。

欢迎访问：电子书学习和下载网站（<https://www.shgis.cn>）

文档名称：《批判性思维工具》琳达·埃尔德 理查德·保罗 著.epub

请登录 <https://shgis.cn/post/992.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

