私たちの日常は決断を迫られる場面にあふれています。小さく 些細な決断もありますが生活に重大な影響を与える決断もあります。たとえばどちらの政治家に投票しようか。今 話題の食生活を試すべきか？メールで億万長者になれるのか？決断を迫られる機会がこれだけ多いと毎回 完璧な選択をするというのは不可能です。

しかし良い選択をする確率を上げる方法は たくさんあり、中でも特に効果的なのは批判的思考です。この方法で問題に取り組むと状況を注意深く分析し先入観やごまかしなどの隠れた問題点を明らかにして最善の決断ができるようになります。「批判的」に否定的な響きがあるのは事実そういう部分があるからです。なんとなく良さそうという理由で選ぶのではなく批判的思考を使う人は考えうる選択肢のすべてに対し懐疑的な態度で精査します。

この道具を使いこなして、もっとも有益で信頼できる情報以外はすべて取り除いていきます。批判的思考に近づく方法はいろいろありますが,今日ご紹介する５段階のプロセスで問題がいくらでも解決できるようになるかもしれません。

その１

自分の疑問をはっきりさせる

つまり自分が何を求めているか自覚するのです。口で言うほど簡単ではない場合もあります。たとえば 今 話題の食生活を試すかどうか決める場合、試す理由が曖昧なことがあります。他の要因があるせいです。「たった２週間で結果が出る」という売り文句などがそうです。しかし この状況に対し新しい食生活によって達成しようとしていること―体重を減らすにしろ、栄養を摂るにしろ、体力をつけるにしろそれがはっきり見えていれば情報を取捨選択でき、自分の求めるものを見つけ話題の方法が自分のニーズに本当に合っているか判断できるようになります。

その２

情報を集める

情報はどっさりあります。自分の疑問がはっきりしているとそれに直結する情報を選び出せます。栄養を改善するために食生活を変えようと思ったなら、専門家にアドバイスを求めたり他の人の証言を探したりするでしょう。情報を収集することで様々な選択肢を比較検討し、目標に合った決断に近づくことができます。

その３

情報を利用する

ここで行われるのは批判的な質問の投げかけです。決断に際して自問するのです。「どんな考えが影響しているだろう？」「何が前提になっている？」「情報に対する自分の解釈は理にかなっているかな？」たとえば「必ず大金が手に入る」というメールが届いたら、「この状況に対する自分の行動の決め手になっているのは何だろう？」「送り主が真実を語っていると思う？」「証拠を踏まえて考えるとお金が手に入るという前提は論理的か？」

その４

どういうことになるか予想する

選挙の時期だと思ってください。あなたは ある候補者を選びました。車を運転する人のためにガソリン代を値下げすると約束したからです。一見したところ すごく良さそうです。でも長期的な環境への影響はどうでしょうか。ガソリン代によって使用量が抑えられているのにその制約が緩んだら急激に大気汚染が進むなど予期せぬ重大な影響をもたらす可能性があります。

その５

別の観点を探る

対立候補の政策に魅力を感じる人がなぜ大勢いるのか自分に問いかけましょう。その候補が言うことにひとつも賛成できなくてもあらゆる見解を検証することで自分には正当と思えない政策が他の人たちを引きつける理由が明らかになるかもしれません。これによって代替案を探ることや自分の選択の査定や最終的には十分な情報を得た上での決断ができるようになります。

この５段階のプロセスは１つの道具に過ぎませんし生活の難しい決断をすっかり消してくれるわけでもありませんが、私たちが確かな選択をする場面を増やしてくれます批判的思考は大量の情報を取捨選択して探し物を見つけるための道具を授けてくれます。十分な数の使い手がいればその力で世界はもっと分別のある場所に変わります。