

DESARROLLAMOS EL PENSAMIENTO CRÍTICO

Pensar críticamente consiste en analizar y evaluar la consistencia de razonamientos y afirmaciones **antes** de aceptarlos como verdaderos. Implica pensar de manera reflexiva y productiva, **evaluando** distintas opciones disponibles. Por eso, el pensamiento crítico está muy ligado a la toma de decisiones eficaces. Nos sirve para resolver mejor los problemas, ya que nos ayuda a obtener información fiable, a no precipitarnos a la hora de juzgar, a desarrollar un criterio propio basado en razones y a actuar de manera consecuente.

La adolescencia es la etapa evolutiva ideal para consolidar el pensamiento crítico, ya que se producen una serie de cambios cognitivos que facilitan esta forma de pensar. Además, se trata de una competencia muy útil para superar con éxito este periodo.

Vivimos en una sociedad saturada a nivel informativo. A través de internet y las redes sociales cualquiera puede emitir información, ideas y opiniones que no siempre son verdad. Ante esta avalancha debemos adoptar unos **hábitos críticos** para filtrar esos contenidos. Es fundamental aprender a distinguir las fuentes fiables de las dudosas y a contrastar lo que escuchamos o leemos. Así evitaremos prejuicios, fanatismos, pensamiento dogmático, falsedad o, directamente, engaños.

Otro aspecto relevante del pensamiento crítico de los adolescentes tiene que ver con su forma de socializar. Estamos en un momento en que los chicos y chicas necesitan integrarse, ser aceptados socialmente, formar pandillas y parecerse entre sí como forma de cohesión. Esto hace que la presión del grupo sea enorme, y que muchas veces cueste pensar o actuar de manera diferente.

Lo desarrollamos en familia

Queremos adolescentes capaces de construir su personalidad y sus valores de manera individual, reflexiva, valiente; no limitándose a copiar todo lo que hagan “los demás”. Que sepan **evaluar críticamente** las decisiones grupales y decir que no cuando crean conveniente. Chicos autónomos y asertivos con pensamiento propio.

- Para fortalecer el pensamiento crítico, tenemos que entrenar el **cuestionamiento** y la **reflexión**.
- Podemos iniciar conversaciones sobre alguna noticia o tema de actualidad, interesándonos por lo que piensan nuestros hijos adolescentes y escuchando con respeto lo que tengan que decir. Formulándoles preguntas abiertas para que profundicen más y argumenten, sin caer en el interrogatorio.
- Será inevitable que los adolescentes cuestionen nuestras decisiones, los límites... Aprovechar estas situaciones para debatir, animarles a que expliquen su postura y saber defender la nuestra con calma y argumentos.
- Preguntas clave del pensamiento crítico:
 - ¿Cómo sabes eso? ¿Cómo lo sabe otra persona?
 - ¿De dónde procede esa información?
 - ¿Es una información objetiva o subjetiva? ¿Se basa en argumentos y razones o en creencias y suposiciones?
 - ¿Se puede confirmar en otro lado, o se puede demostrar de alguna manera?
 - ¿Puede contener una intención oculta o una manipulación?
 - ¿Podemos contrastarlo o comprobarlo?
 - ¿Puedo difundirlo si no estoy seguro de que es verdad? ¿Puede afectar a otras personas?
- Practicar técnicas de comunicación asertiva, como el disco rayado, los enunciados en primera persona, el banco de niebla, etc.
- Animar a los adolescentes a **dar razones** de sus opiniones, a argumentar sus puntos de vista, explicar cómo han llegado a conclusiones... Y hacer lo mismo.

Ampliamos

Vídeo con técnicas para ser asertivo

<https://www.youtube.com/watch?v=As7WSb1q4D4>

Artículo sobre el pensamiento crítico <http://www.energiacreadora.es/ec-7/el-pensamiento-critico/>