

УДК 159.922.72

Лотоцький Іван Васильович, психолог Київської міської психоневрологічної лікарні №2

e-mail: [dlatebe@gmail.com](mailto:dlatebe@gmail.com)

### **еволюція критичного мислення у дослідженні когнітивних схем**

#### ***Анотація***

*В статті розглядається еволюція критичного мислення у дослідженні когнітивних схем та глибинних переконань. Описано специфіку історії та нові напрямки когнітивної психотерапії. Показано, що орієнтація у складних проблемах терапії психічних розладів методами когнітивно-поведінкової терапії дозволить набагато ефективніше вирішувати практичні та теоретичні проблеми, котрі виникають у процесі терапії. Сократівське мислення, як засіб роботи зі схемами, є складовою критичного мислення, як і рефлексія, децентрація, метакогніції тощо.*

**Ключові слова:** *критичне мислення, когнітивні схеми, догматичне мислення, когнітивно-поведінкова терапія, сократівський діалог, рефлексія.*

Лотоцкий Иван Васильевич, психолог Киевской городской психоневрологической больницы № 2.

### **ЭВОЛЮЦИЯ КРИТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ В ИССЛЕДОВАНИИ КОГНИТИВНЫХ СХЕМ**

#### ***Аннотация***

*В статье представлена эволюция критического мышления в исследовании когнитивных схем и базовых убеждений. Описана специфика истории и новые направления в когнитивной психотерапии. Показано, что ориентация в сложных проблемах терапии психических расстройств методами когнитивно-поведенческой терапии позволит значительно эффективнее решать практические и теоретические проблемы, которые возникают в процессе терапии. Сократовское мышление, как способ работы со схемами, является составляющей критического мышления, как и рефлексия, децентрация, метакогниции.*

**Ключевые слова:** *критическое мышление, когнитивная схема, догматическое мышление, когнитивно-поведенческая терапия, сократовский диалог, рефлексия.*

**Lototskyj I.V.**

## **EVOLUTION OF CRITICAL THINKING IN A STUDY OF COGNITIVE SCHEMES**

### ***Summary***

*The article presents the evolution of critical thinking in the study of cognitive schemas and underlying beliefs. Described are the features of his history and new directions in cognitive psychotherapy. The orientation over the complex problems of the therapy of psychological disorders by cognitive behavioral therapy is the way of effective solution of the practical and theoretical problems. Socrat`s thinking as a way of cognitive scheme processing is a component of critical thinking like reflection, decentration, metacognitions.*

**Key words:** *critical thinking, cognitive scheme, dogmatic thinking, cognitive behavioral therapy, Socrat`s dialog, reflection*

### **Вступ**

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), виникла внаслідок доповнення поведінкової терапії – ідеями теорії пізнання, та пізнавальної психології. Ця пізнавальна теорія вивчає способи та засоби пізнання себе, та оточуючого світу. Ці ідеї, про котрі нам відомо ще з часів Платона та Арістотеля, об'єднані в концепцію, теорію, були обумовлені зміною парадигми біхевіоризму, котрою стверджувалось неможливість дослідження свідомості, через емпіричну недосконалість інтроспективного методу.

**Мета** цієї статті – розібратися із філософськими основами КПТ. Для цього ми хочемо звернути увагу на актуальну та ефективну концепцію критичного мислення та показати, як вона об'єднує ті засоби, котрі вже використовуються в когнітивно-поведінковій психотерапії із тими, котрі поки що використовуються несистемно.

**Ціль** статті – проаналізувати історичний розвиток понять «критичне мислення», «схема», та «глибинні переконання».

**Проблема** – полягає у недостатній системності логіки використання теорії критичного мислення у КПТ. Щоб розвиватися, як психотерапевтам, нам передусім потрібно мислити критично. Від цього буде залежати подальший розвиток КПТ в Україні. Позаяк критичне мислення, це передусім засоби виявлення, та вирішення

проблем у роботі зі схемами, логікою мислення, та глибинними переконаннями, то ми спробуємо послідовно застосувати ці засоби для аналізу глибинних переконань, логіки і схем самих пізнавальних теорій, котрі лежать в основі КПТ. Певні елементи критичного мислення використовуються в теорії та практиці, від самого початку виникнення психотерапії як окремої професії, та КПТ – як одного із його різновидів. Ми можемо відзначити і «Сократівський метод», і використання метафор відомих філософів та мислителів, і рефлексію, і сучасні надбання когнітивної психології, котрі стосуються в основному такого широкого поняття, як «метакогніції». Не достатня системність такого використання, не дозволяє повною мірою застосовувати чітку логіку розуміння суті критичного мислення, та «сократівського методу», як однієї із його складових частин. Ще двадцять років тому Крістін Падескі відзначала, що «сократівське випитування» більш ефективне у зміні неадаптивних думок, ніж звичайна дискусія (Padesky, 1993), але й дотепер ми маємо дуже мало матеріалів про суть цього методу, а головне про зрозумілі закономірності його використання у терапевтичній практиці. Для критичного усвідомлення психотерапевтичної діяльності необхідний аналіз щонайменше чотирьох її елементів: онтології, логіки, термінів, та методології.

Як можна синтезувати сократівське випитування, та критичне мислення? Ці питання вже здавна досліджуються на перетині трьох сфер діяльності: філософської, психологічної, та педагогічної теорії, і котрі ґрунтуються на критичному раціоналізмі.

**Історія критичного мислення, схематизації логіки мислення, та пізнавальної теорії** взагалі, починається із Сократа, Платона, Арістотеля, Геракліта, та античної філософської школи стоїків, котра об'єдналася із школою неоплатоніків. Сократ не писав нічого, отже і про те, як він думав і що говорив – ми знаємо зі слів його учня Платона. Сократівський метод, найчастіше використовується, щоб розкрити автоматичні негативні думки. Розроблено кілька інструкцій, щодо використання цього методу. (Bek, 1979, Overholser, 1993, Padeski, 1993) . Основна мета сократівського методу направити увагу клієнтів на можливості і ресурси, які раніше не помічалися. (Westbrook, Kennerley, Kirk, 2011).

Обґрунтування знань, або звідки беруться знання – це найголовніше питання теорії пізнання. Оскільки ми займаємося пізнавальною психотерапією, то це питання

розглядатимемо докладно. Знання ми беремо в культурі, а перевіряємо у спостереженні, або більш цілеспрямовано – здійснюючи експеримент. У «Метафізиці», Арістотель описав три категорії обґрунтування знань: аксіоми, постулати і припущення. При цьому, без домовленості про певні аксіоми, котрі приймаються на віру, апріорно – не може бути ні навчання, ні розвитку знань.

**Культурні традиції та норми**, визначають норми мислення і мовлення, котре поділяється на раціонально-критичне, та метафоричне, тобто багатозначне. При цьому, на Сході здавна прийнята більш метафорична, неоднозначна форма мислення, а в Західній культурі, прийнято говорити більш чітко та понятійно (Neisser, 1997). Культурно-історичною теорією Л.С. Виготського, котра будувалася у критичній дискусії із швейцарським психологом Жаном Піаже, було визначено основну функцію психіки не як відображення реальної дійсності, а як історично та культурно обумовлені норми створення дійсності із елементів попереднього досвіду, котрі зберігаються в пам'яті. Недавні дослідження почали зосереджуватися на ролі мікронавичок у супервізії, таких як концепція діяльності, заснована на ідеї Виготського «зони найближчого розвитку» (Bennett-Levy, Thwaites, Chaddock, Davis, 2008).

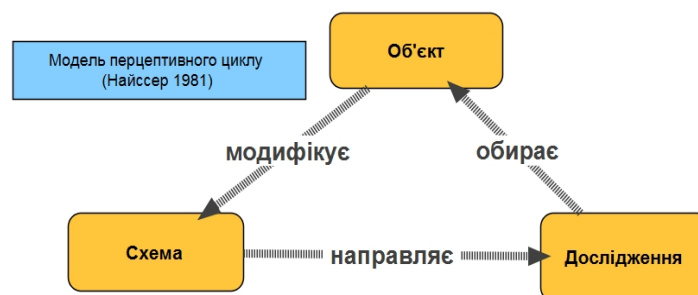
Тому, при використанні різних технік, технологій, методів і методик КПТ, в різних культурах може бути різна якість результату (Propst, Ostrom, Watkins, Dean, 1992). У статті «Культурні відмінності у когнітивній терапії» Том Дад стверджує, що КПТ значною мірою американський конструкт, є строго раціоналістичною логікою, тому не може однаково добре перекладатися і розумітися у суспільствах з різними культурами. (Dowd T. 2003). Він аналізує декілька схем Джефрі Янга, для підтвердження своїх припущень. Наприклад, термін «емоційна аргументація» в КПТ трактується як когнітивне спотворення, хоча донедавна у Європі, а подекуди ще й дотепер, віра визнається, як джерело знань. Щоби якомога швидше подолати культурний розрив, вивчення і впровадження технології КПТ, а особливо напрямків третьої хвилі, має ґрунтуватися на вивченні культурної, соціальної та інституціональної історії, інакше ефективність будь яких технологій буде мізерною.

**Філософські терміни і поняття «схема»** розвинуті у німецькій класичній філософії кінця 18 і початку 19 століття, котра починається із філософії Імануїла

Канта. Вперше, термін «схема» використав Платон, котрий застосовував його до опису організації різних феноменів: міфології, мистецтва, науки, політики та ін. Саме як поняття, вперше його застосував Кант, в своїй праці «Критика чистого розуму», котрою окреслював джерела, принципи, та межі застосування теорії пізнання у сфері наукових знань. «Ясно, що мало б існувати щось третє, з одного боку однорідне до категорій, а з іншого – із категорій, котрі дозволяють застосування цих категорій до явищ. Оце опосередковане уявлення має бути чистим (не вміщуючи в собі емпіричного), все ж, з одного боку інтелектуальним, а з іншого – чуттєвим. Саме такою є трансцендентальна схема» (Кант 1994). Кант визначає відношення категорій мислення і схем, у якому схеми надають значення чистим розумовим поняттям, для поєднання явищ зовнішнього і внутрішнього світу та емпіричного досвіду.

**Процеси пізнання та картина реальності** – залежать від схем, котрі формуються у процесі розвитку інтелекту. «Когнітивна теорія припускає, що психологічні розлади виникають не від подій як таких (наприклад, травматичний інцидент або втрата роботи або відносин). Проблеми виникають від смислів, які надаються цим подіям особою, фільтрованим через рамки основних переконань і припущень, які вже розроблені в рамках життєвого досвіду» (Bennett-Levy, Westbrook, Fennell, Cooper, Rouf, Hackmann, 2004).

Теорія перцептивного циклу на основі схеми, була розроблена одним із засновників когнітивної психології Ульріхом Найссером. Ці схеми дозволяють структурувати первинні стимули, та організують наступні етапи розуміння – розпізнавання, класифікацію, і категоризацію певних об'єктів.



«Схема - це та частина повного перцептивного циклу, яка є внутрішньою по відношенню до сприймаючого, вона модифікується досвідом і тим або іншим чином специфічна відносно того, що сприймається. Схема приймає інформацію, як тільки остання виявляється на сенсорних поверхнях, і змінюється під впливом цієї

інформації; схема направляє рух та дослідницьку активність, завдяки яким відкривається доступ до нової інформації, що викликає в свою чергу подальші зміни схеми» (Найссер, 1981).

**Техніки КПТ** можемо поділити на чотири основних групи (Reinecke, Clark, 2005):

- контроль стимулів: (систематична десенсибілізація, наводнення, експозиція);
- контроль наслідків (жетонна система, або інші способи підкріплення реакцій);
- навчіння за моделями (тренінг асертивності, занурення в роль),
- когнітивні техніки критичного переосмислення проблемної ситуації (когнітивна реструктуризація, реатрибуція, керування силою вірувань, пошук альтернатив).

**Аксіоми когнітивної терапії** відображають основні положення КПТ. Аарон Бек визначає схему як фундаментальні елементи особистості, та форму «для відливання інформації в когнітивне утворення (вербальне або образне уявлення). У відповідності з активованою схемою індивід відсіює, диференціює і кодує інформацію». Він також вводить поняття «матриця схем», за допомогою якої індивід категоризує і оцінює те що відбувається (Бек, 2003). Схеми, це когнітивні структури, котрі організують досвід і поведінку (Бек, 2002).

**Навчання критичного мислення - від теорії навчіння до теорії пізнання.** Однією із проблем у терапії психічних розладів, є проблема із навчанням пацієнтів технології сократівського випитування, або, в ширшому розумінні - технології критичного мислення. Ми можемо змінювати свідомість пацієнта, але набагато ефективнішим, буде створення умов для того, щоб пацієнт сам навчився змінювати свою свідомість і для того, щоб він зрозумів суть того, яким чином йому це вдається. «Без специфікації того, що являє собою гарне сократичне випитування, не може бути ніяких досліджень, що допомагають емпірично оцінити, наскільки кероване відкриття має більш позитивний довгостроковий ефект, ніж просте опитування для зміни свідомості. Це дослідження може бути важливою частиною етапу емпіризму когнітивної терапії, коли ми починаємо розбиратися в тому, які критичні компоненти терапії показали себе як ефективні». (Padeski, 1993). В нашій практиці, саме у пацієнтів із розладами особистості найчастіше виникає потреба і вимога отримати не

тільки результат сократичного випитування, але й довідатись, як сам терапевт знає, які питання слід задавати в конкретному випадку. Тут найголовніше, допомогти створити пацієнту умови розвитку критичного мислення, але не працювати замість пацієнта, над самим об'єктом зміни. Тому об'єкти впливу пацієнта і терапевта будуть різними. «Уміння ставитися до своїх думок, як до гіпотез і формулювати альтернативні ідеї, на розвиток якого спрямована когнітивна психотерапія А. Бека, можна розглядати як одну з найважливіших складових рефлексивної здібності. Тоді тут постає питання, яким чином ця здатність виникає у клієнта в процесі його взаємодії з терапевтом?» (Холмогорова А.Б., Зарецький В.К. 2010).

В історії розвитку КПТ «новий підхід у багатьох випадках не викликав підтримки, особливо з боку біхевіористів. «Когнітивщиків» обізвали «незадоволеними». Біхевіористи намагалися виключити тих, хто займався когнітивно-біхевіоральними дослідженнями, зі складу учасників конференцій Асоціації розвитку біхевіоральної терапії (ААВТ), її редколегій і навіть із самої Асоціації. Звичайно, ці події не були настільки ж захоплюючими для спостерігача, як віденський скандал між Фрейдом і Юнгом, але вони по своєму продемонстрували, хто є хто. Все як у наших клієнтів: бал правлять пристрасті, а не розум чи факти» (Майхенбаум, 1998).

Відсутність або недосконалість певних норм, правил і традицій у КПТ другої хвилі породило аномію, котра є наслідком слабкої організації співтовариства. При цьому, напрямки третьої хвилі були створені для виправлення тих недоліків, котрі існували і були допущені та закріплені в організації норм і правил створених психотерапевтами другої хвилі. «В умовах аномічної кризи в психотерапевтичному співтоваристві деякі динамічні процеси пов'язані з проблемою імені. Словесна еквілібристика останнього часу, пов'язана з ім'ям психотерапевтичного співтовариства (мабуть, вимушена необхідністю пристосування до вимог соціуму), сприяє посиленню тривоги, фруструючи потребу в приналежності, порушує безпеку і через виникаючу від токсичного сорому дифузійну ідентичність сприяє процвітанню вимушеного самозванства на індивідуальному рівні. Проблема імені виявляється пов'язаною з вітальністю психотерапевтичного співтовариства. Конфуцій говорив, що виправлення справ у державі необхідно починати з виправлення імен, тому що, якщо

імена неправильні, то слова не мають під собою підстав. Якщо слова не мають під собою підстав, то справи не можуть здійснюватися і народ не знає, як себе вести» (Моховиков, 2012). З цієї точки зору, виникає необхідність чіткого усвідомлення психотерапевтами різниці між уявленнями про основні речі в психотерапевтичному процесі, та поняттями про ці речі, позаяк, саме лише уявлення достатнього розуміння психологічних проблем забезпечити не може. Розуміння може ґрунтуватися тільки на точних поняттях, коли терапевт знає і свідомо застосовує ці подібні, але водночас різні поняття, наприклад: критичне мислення і сократівське випитування, страх і тривога, поняття і визначення, схема і модель, план і проект, мислення і пізнання, проблема і задача. Таке понятійне мислення можна розвивати тільки на основі теорії критичного мислення.

### **Дослідження схожості і відмінності між напрямками 2 і 3 хвилі КПТ.**

У 2004 році Стівен Хайс опублікував статтю про нові напрямки у КПТ, у котрій він застосував нове поняття - «терапія третьої хвилі». «Поведінкове лікування, котре в цьому відношенні більше за інших наближається до Діалектично Поведінкової Психотерапії, - контекстуальна терапія Хайза. (Лайнен, 2008). Зосередження та прийняття займають в ній головне місце. При цьому вважається, що терапія першої хвилі, котра базується на поведінковій терапії Вотсона, Альберта Бандури, Береса Скіннера, Джозефа Вольпе, Ганса Айзенка, та ін., була своєрідним протестом, проти ненаукових концепцій, котрі на той час домінували в клінічній практиці.

В традиційній когнітивно-поведінковій психотерапії другої хвилі акцент робиться на зміні не адаптивних думок, а в терапії третьої хвилі – на рефлексивній здатності пацієнтів осмислювати своє мислення і головним стає зміна відношення клієнта до свого мислення, а не самі думки. При цьому, технологічно – різниця невелика, і полягає головним чином у додаткових техніках, а от методологічно – більшість напрямків третьої хвилі мають зовсім відмінні теоретичні підстави із філософії функціонального контекстуалізму. В літературі і на спеціалізованих психотерапевтичних форумах ведеться багато дискусій, стосовно подібності і відмінності між другою і третьою хвилею.

У дослідженні схожості відмінності у методології терапевтів другої і третьої хвилі КПТ виявилось, що вони не мають істотної різниці в ефективності застосування



терапії різних напрямків КПТ, і між ними існує більше подібності, ніж своєрідності (Brown, Gaudiano 2011). В дослідженні брало участь 288 КПТ-терапевтів, при цьому в остаточній вибірці було зараховано результати опитування 55 терапевтів другої хвилі, та 33 терапевти третьої хвилі. Основні відмінності полягають у методах та стратегіях терапії, при цьому, ті терапевти, котрі вважають себе прихильниками третьої хвилі, набагато більше використовують еkleктичні філософські, екзистенційні та гуманістичні техніки. Одним із несподіваних висновків цього дослідження, було частіше використання терапевтами третьої хвилі експозиції, котра відноситься до поведінкових втручань, і застосовується у терапії тривожних розладів, та посттравматичних стресових розладів.

**Емпіризм та емпіріокритицизм** викликали серйозні дебати щодо розуміння і застосування поняття «емпіричне обґрунтування» у теоретичній розробці подальшого розвитку усіх напрямків КПТ. Значний розрив між теоретичними науковими розробками, та практикою психотерапії, призводить до створення безлічі езотеричних та містичних напрямків психотерапії. Кілька провідних психологічних журналів присвятили розгляду цієї проблеми багато уваги (наприклад, Herbert, 2003). Зазначається, що «емпіричне обґрунтування» можна довести і для так званих «енергетично-силових», компліментарних, та нетрадиційних методів лікування, які ґрунтуються на містично-релігійній філософії, і котрі зовсім не враховують критичну наукову оцінку власних теоретичних підстав. Відсутність чіткого теоретичного наукового обґрунтування конкретного підходу, дозволяє давати безмежну кількість нових назв, наприклад, «психотерапія ментального поля», «десинсебілізація та репроцесуалізація рухом очей», «візіо-кінестетична дисоціація», «емоційні методи свободи», «травматична інцидент редукція», «тапас техніка акупресури», і накладати їх на ті методи, котрі пройшли експериментальну перевірку.

**Критичний раціоналізм** Карла Поппера – є логічною основою як для теорії критичного мислення, так і для КПТ. Про головні ідеї цього філософа говорять вже самі назви основних його творів – «Логіка наукового дослідження» (1935), «Відкрите суспільство, та його вороги» (1945), «Припущення і спростування» (1963), «Об'єктивне знання» (1972), «Особистість та її мозок» (1977), «Реалізм і мета науки» (1983), та ін. Поппер спростовує двозначну діалектику Гегеля і вводить поняття трьох

світів. «Світ 1» – це світ фізичних явищ та станів, «Світ 2» – це суб'єктивні психічні стани свідомості закріплені у культурних нормах мовлення, та «Світ 3» – об'єктивний зміст мислення і предметів людської свідомості поза суб'єктом пізнання (ідеї, гіпотези, теорії, проекти). Цей третій Світ, за посередництвом культури мовлення, впливає на свідомість людей, і тому цивілізація є результатом реалізації «ідеальних об'єктів» науки. Поппер критикував двозначну логіку Гегеля, Маркса, Фрейда, та інших «оракулів», котрою можна одночасно і стверджувати, так і заперечувати будь які ідеї. «Діалектичний метод генералізації, вживаний філософами-метафізиками, — мовить проф. В. Вундт, — на яким вони опирали необхідність свого вчення, видається нам штучною і міцною шкаралюющею, що калічить усяку ідею». Так само і Гете не любив діалектичного методу, справедливо зазначаючи, що цим методом однаково легко доказати і про і contra всякої речі» (Франко, 2003). Основним принципом, яким Поппер пропонує розрізняти знання від вірування – це принцип фальсифікації, а не верифікації, як це стверджують позитивісти. Згідно принципу фальсифікації – науковим можна вважати тільки таке знання, котре можна довести, або спростувати.

**Визначення поняття критичне мислення**, котре створене методом «Дельфі», є найбільш цілісне і структуроване. Критичне мислення – це цілеспрямована, саморегулююча система суджень, для аналізу, оцінки, інтерпретації формулювання висновків, а також для пояснення концептуальних, методологічних, критеріологічних, або контекстуальних міркувань, на підставі яких ґрунтується ця система суджень (Facione, 1990).

Роберт Енніс визначає критичне мислення як «розумне, рефлексивне мислення, яке зосереджене на прийнятті рішення, у що вірити, чи що робити» (Енніс, 1996). Його визначення включає в себе також перелік установок і навичок, котрі важливі для критичного мислення. Існують загальні та предметно орієнтовані аспекти критичного мислення і вони включають в себе як логічні навички, так і установки, котрі можуть розвиватися у процесі навчання. Ці установки включають допитливість, справедливість, схильність дошукуватися причини, повагу до іншої точки зору.

Елементи критичного мислення – дозволяють чітко розрізняти прихований зміст, мотиви, та значення інтелектуальної діяльності. На сьогодні у КПТ існує достатньо літератури про такі частини критичного мислення, як сократівський метод,

але майже немає згадок про критичне мислення, як цілісну концепцію. Починаючи з 80-их років ХХ століття, на Заході дуже швидко розвивається теорія критичного мислення, але слід відмітити, недостатність системного застосування цієї теорії у КПТ. Елементи критичного мислення, розроблені «Американським фондом критичного мислення», дозволяють послідовно аналізувати проблеми та ідеї, котрі надаються для їхнього вирішення. (Paul., Elder. 2006).

Критичне мислення не означає відмову від особистісних цінностей, при оцінці теорій та ідей, а навпаки – є одним із найсуб'єктивніших процесів. Проте таке суб'єктивне судження не повинно бути упередженим, або догматичним, і має розважати всі можливі альтернативні міркування. (Forshaw, 2012). Крім вже згаданих, сократівського методу, та рефлексії, до метакогнітивних також відносяться інші технології організації мислення, наприклад: метапізнання, метакогнітивний моніторинг, мова мислення, абстрактні схеми, та інші. (Смольсон, 2003).

Основні показники критичного мислення поділяють на три групи: афективні, макрокогнітивні, та мікрокогнітивні (Paul, Binker, Martin, Adamson, 1989).

**Рефлексія** - означає зосередження на власному усвідомленні, і як спеціальний термін введений Локком, котрий був представником англійського емпіризму. В емпіризмі істинним вважалось тільки те, що було перевірено в емпіричному досвіді. Рефлексія застосовувалася для навмисного переходу між різними схемами, котрі могли у певних ситуаціях змінюватися відповідно до обставин. Тому у процесі рефлексії порівнювалися різні альтернативні схеми, котрі можуть замінити ту не адаптивну схему, котру потрібно замінити більш адаптивною. При цьому, індивід може розвивати певну установку на критичне відношення до необхідності заміни певної схеми у контексті тої проблемної ситуації, в котрій попередня схема стала неефективною. То значить, що рефлексивні думки про свої схеми, можуть бути автоматичними і неавтоматичними, усвідомленими і неусвідомленими. І якщо людина розвиває в собі навички та установки критичного мислення, то вона може рефлексивно змінювати свої схеми та логіку поведінки.

Рефлексія знаходиться в самому центрі практики, навчання, та супервізії КПТ. Водночас, рефлексивні процеси є також основою критичного мислення. За допомогою «рефлексивної системи», терапевти визначають необхідність уточнення

свого декларативного знання і процедурних навичок. (Bennett-Levy, Thwaites, Chaddock, 2009).

Саме за рахунок рефлексії на клінічному досвіді, вони вдосконалюють своє вміння застосовувати рефлексію щодо конкретних клієнтів, певних обставин, та певних етапів терапії. За допомогою рефлексії можна розототожнити індивіда, від тих схем, ідей, та глибинних переконань, котрі некритично сприймаються самим індивідом, як самого себе. В такому ототожненні, критика ідей сприймається як образа і «перехід на особистість».



Лефевр відзначав різні ранги рефлексії в залежності від усвідомлення самих схем, методів схематизації, та розуміння самого поняття схеми. «Рефлексивні системи, у котрих один із її складових елементів виконує функцію відображення цілого, використовують у дослідженні об'єктів подібних дослідникові за рівнем досконалості (Лефевр, 2003).

Алексеев виділяє наступні етапи рефлексії:

1. «Зупинка – початковий і найважливіший крок до рефлексії.
2. Фіксація – утримання нової позиції.
3. Об'єктивація – робота над фіксацією.
4. Відсторонення – умова для неупередженої рефлексії.

«Зазначу, що дана схема була прийнята на озброєння практично без змін, але з окремими варіаціями на всіх наступних організаційно-діяльнісних іграх, тобто пройшла більш ніж тисячократну перевірку. Повідомлення про неї було зроблено на міжнародному симпозиумі в Гельсінкі у 1986 році. Дуже цікаво відзначити, що друга схема має свій аналог у практиці американської когнітивної психотерапії. Порівняння моєї схеми з відповідними схемами даного напрямку психотерапії проведено в роботі А.Б. Холмогорової і Н.Г. Гаранян» (Алексеев, 2002).

### **Висновки.**

В нашому дослідженні ми розглянули історію розвитку і підґрунтя виникнення концепції критичного мислення. Зробили порівняння філософсько-логічних основ використання критичного мислення у роботі зі схемами. Хоч філософською основою другої хвилі визнається критичний раціоналізм, а третьої хвилі – функціональний контекстуалізм (Brown, Gaudiano, Miller, 2011), інші автори із цим не погоджуються (Майхенбаум, 1998). Будь-яка наукова теорія, будується ієрархічно, і така ієрархія вказує на найсуттєвіші ідеальні об'єкти впливу дослідника. В нашому випадку – цей психологічний чи психотерапевтичний вплив на певний ідеальний об'єкт трактується неоднозначно і при цьому різниця торкається самих теоретичних підстав КПТ. Зараз, частіше за все, вона будується або на логіці критичного реалізму, або на логіці діалектичного матеріалізму, або на логіці функціональному контекстуалізму, або ще на якомусь іншому різновиді діалектики, котрих історія сягає релігійної філософії. Визначення у цих питаннях передбачає обізнаність і використання багатьох неоднозначних та контроверсійних культурних, психологічних, та логічних складових. Із цілісною та системною концепцією критичного мислення, котра на сьогодні у КПТ майже не використовується, орієнтація у складних проблемах терапії психічних розладів дозволить набагато ефективніше вирішувати практичні та теоретичні проблеми котрі виникають у процесі терапії. Як підсумок, можемо стверджувати, що Сократівське мислення, як засіб роботи зі схемами є складовою критичного мислення, як і рефлексія, децентрація, метакогніції т.ін. Детальне і ґрунтовне вивчення та подальше дослідження критичного мислення зацікавленими КПТ спеціалістами, може мати велику теоретичну та практичну користь для всієї сфери психологічної допомоги в Україні.

### Список використаних джерел

1. Bennett-Levy J., Westbrook D, Fennell M, Cooper M, Rouf K, Hackmann A. The Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy. Oxford Univer Press, 2004.
2. Bennett-Levy J. Thwaites R. Chaddock A. Davis M. Reflective Practice in Cognitive Behavioural Therapy: The Engine of Lifelong Learning Chapter to appear in R. Dallos & J. Stedmon (ed) Reflection in Psychotherapy and Counselling. 2009.
3. Brown L., Gaudiano B., Miller I. Investigating the Similarities and Differences between Practitioners of Second and Third Wave Cognitive-Behavioral Therapies. 2011.
4. Dowd T. Cultural Differences in Cognitive Therapy. The Behavior Therapist. 2003.
5. Ennis R. Critical thinking. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall. 1996.
6. Facione P. The Complete American Philosophical Association Delphi Research Report is available as ERIC Doc. No.: ED 315423. The California Academic Pres, 1990.
7. Forshaw M. Critical Thinking for Psychology. Oxford: BPS Blackwell, 2012.
8. Hayes S. Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies. Behavior Terapy. 2004.
9. Herbert J. The Role Of Critical Thinking Skills In Practicing Psychologists Theoretical Orientation and Choice of Intervention Techniques Ian Randolph Sharp, 2003.
10. Neisser U. Systemy polimorficzne. Nowe podejście do teorii poznania. Modele Umysłu. Warszawa: PWN, 1999.
11. Paul, R., & Elder, L. (2008). The miniature guide to critical thinking concepts and tools. Foundation for Critical Thinking Pres. [http://www.criticalthinking.org/files/Concepts\\_Tools.pdf](http://www.criticalthinking.org/files/Concepts_Tools.pdf)
12. Paul, R., Binker, A.J.A., Martin, D., Adamson, K. Critical thinking handbook: High school. Sonoma State University. 1989.
13. Propst L. R., Ostrom R., Watkins P., Dean T., & Mashburn D. Comparative Efficacy of Religious and Nonreligious Cognitive-Behavioral Therapy for the Treatment of

Clinical Depression in Religious Individuals, Journal of Consult and Clinical Psychology. 1992.

14. Reinecke M., Clark D. «Psychoterapia poznawcza w teorii i praktyce», G. W. P. 2005.

15. Sharp I., Herbert J., Redding R. The role of critical thinking in practicing psychologists theoretical orientation and choice of intervention techniques. The Scientific Review of Mental Health Practice. 2008.

16. Westbrook D., Kennerley H., Kirk J. An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy. Sage, 2011.

17. Алексеев Н.Г. Проблемы рефлексии в научном познании. Межвузовский сборник. Куйбышев, 1983. <http://rl-online.ru/articles/2-02/111.html>

18. Аристотель. Сочинения в четырех томах. Т.1. - М.: «Мысль». 1978.

19. Бек А. Когнитивная психотерапия. Эволюция психотерапии: тенденции развития. Т. 2. Независимая фирма «Класс», 1998.

20. Бек А., Фримен А. Когнитивная терапия расстройств личности. «Питер». 2002.

21. Кант. I. Критика чистого разума. Мысль. 1994.

22. Лефевр В.А. Рефлексия. – М.: «Когито-Центр», 2003.

23. Майхенбаум Д. Эволюция когнитивно-бихевиоральной психотерапии. Эволюция психотерапии: тенденции развития. Т. 2. Независимая фирма «Класс», 1998.

24. Моховиков А.Н. Жизнь психотерапевтического сообщества: аномия и творческое приспособление / Мастера психологи. 2012 <http://psymasters.org/content.php?360>

25. Найссер У. Познание и реальность. — М.: Прогресс, 1981.

26. Смутьсон М.Л. Психологія розвитку інтелекту. «Нора-друк». 2003.

27. Франко І. Мозаїка із творів, котрі не увійшли до повного зібрання. Каменяр. 2003.

28. Холмогорова А.Б., Зарецкий В.К. Может ли быть полезна российская психология в решении проблем современной психотерапии.// Мед. психология в России 2010. N 4. URL: <http://medpsy.ru>

### References transliterated

1. Bennett-Levy J., Westbrook D, Fennell M, Cooper M, Rouf K, Hackmann A. The Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy. Oxford Univer Press, 2004.
2. Bennett-Levy J. Thwaites R. Chaddock A. Davis M. Reflective Practice in Cognitive Behavioural Therapy: The Engine of Lifelong Learning Chapter to appear in R. Dallos & J. Stedmon (ed) Reflection in Psychotherapy and Counselling. 2009.
3. Brown L., Gaudiano B., Miller I. Investigating the Similarities and Differences between Practitioners of Second and Third Wave Cognitive-Behavioral Therapies. 2011.
4. Dowd T. Cultural Differences in Cognitive Therapy. The Behavior Therapist. 2003.
5. Ennis R. Critical thinking. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall. 1996.
6. Facione P. The Complete American Philosophical Association Delphi Research Report is available as ERIC Doc. No.: ED 315423. The California Academic Pres, 1990.
7. Forshaw M. Critical Thinking for Psychology. Oxford: BPS Blackwell, 2012.
8. Hayes S. Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies. Behavior Terapy. 2004.
9. Herbert J. The Role Of Critical Thinking Skills In Practicing Psychologists Theoretical Orientation and Choice of Intervention Techniques Ian Randolph Sharp, 2003.
10. Neisser U. Systemy polimorficzne. Nowe podejście do teorii poznania. Modele Umysłu. Warszawa: PWN, 1999.
11. Paul, R., & Elder, L. (2008). The miniature guide to critical thinking concepts and tools. Foundation for Critical Thinking Pres. [http://www.criticalthinking.org/files/Concepts\\_Tools.pdf](http://www.criticalthinking.org/files/Concepts_Tools.pdf)
12. Paul, R., Binker, A.J.A., Martin, D., Adamson, K. Critical thinking handbook: High school. Sonoma State University. 1989.
13. Propst L. R., Ostrom R., Watkins P., Dean T., & Mashburn D. Comparative Efficacy of Religious and Nonreligious Cognitive-Behavioral Therapy for the Treatment of



Clinical Depression in Religious Individuals, Journal of Consult and Clinical Psychology. 1992.

14. Reinecke M., Clark D. «Psychoterapia poznawcza w teorii i praktyce», G. W. P. 2005.

15. Sharp I., Herbert J., Redding R. The role of critical thinking in practicing psychologists theoretical orientation and choice of intervention techniques. The Scientific Review of Mental Health Practice. 2008.

16. Westbrook D., Kennerley H., Kirk J. An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy. Sage, 2011.

17. .Alekseev N.G. Problemy refleksii v nauchnom poznanii. Mezhvuzovskij sbornik. Kujbyshev, 1983. <http://rl-online.ru/articles/2-02/111.html>

18. Aristotel'. Sochinenija v chetyreh tomah. T.1. - M.: «Mysl'». 1978.

19. Bek A. Kognitivnaja psihoterapija. Jevoljucija psihoterapii: tendencii razvitija. T. 2. Nezavisimaja firma «Klass», 1998.

20. Bek A., Frimen A. Kognitivnaja terapija rastrojstv lichnosti. «Piter». 2002.

21. Kant. I. Kritika chistogo razuma. Mysl'. 1994.

22. Lefevr V.A. Refleksija. – M.: «Kogito-Centr», 2003.

23. Majhenbaum D. Jevoljucija kognitivno-bihevioral'noj psihoterapii. Jevoljucija psihoterapii: tendencii razvitija. T. 2. Nezavisimaja firma «Klass», 1998.

24. Mohovikov A.N. Zhizn' psihoterapevticheskogo soobshhestva: anomija i tvorcheskoe prisposoblenie / Mastera psihologi. 2012 <http://psymasters.org/content.php?360>

25. Najsser U. Poznanie i real'nost'. — M.: Progress, 1981.

26. Smul'son M.L. Psihologiya rozvitku intelektu. «Nora-druk». 2003.

27. Franko I. Mozaika iz tvoriv, kotri ne uvijshly do povnogo zibrannja. Kamenyar. 2003.

28. Holmogorova A.B., Zareckij V.K. Mozhet li byt' polezna rossijskaja psihologija v reshenii problem sovremennoj psihoterapii.// Med. psihologija v Rossii 2010. N 4. URL: <http://medpsy.ru>