

6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono

Technika **6 kapeluszy** opiera się na **myśleniu lateralnym** i pomaga w rozwiązywaniu problemów. Polega na wcielaniu się osób z niej korzystających w **6 różnych ról**, co pozwala na analizę danego zagadnienia z **6 różnych punktów widzenia**, odkrywając nowe, pozytywne i negatywne fakty.

W technice 6 kapeluszy de Bono skupił się na różnorodności sposobów myślenia.

6 stylów i kolorów:

- **Biały kapelusz** – styl obiektywny, wymagający skupienia się na faktach i unikający oceny, szczególnie oceny emocjonalnej,
- **Czarny kapelusz** – styl krytyczny, skupiający się na odkrywaniu wad i niedoskonałości istniejącego rozwiązania oraz wrażliwości możliwych zagrożeń,
- **Czerwony kapelusz** – styl emocjonalny, zgodnie z tym stylem myślenie podąża za pozytywnymi i negatywnymi uczuciami,
- **Żółty kapelusz** – styl konstruktywny, w którym podmiot stale myśli pozytywnie, uznając pozytywne strony istniejącego rozwiązania i zwracając uwagę na ukryte możliwości każdego z nich,
- **Zielony kapelusz** – styl produktywny, który skupia się na ciągłym tworzeniu nowych idei,
- **Niebieski kapelusz** – styl kontrolowany, w którym monitoruje się i kontroluje procesy związane z własnym myśleniem oraz myśleniem innych ludzi.

Kluczowym elementem tej metody jest to, by w danym momencie skupiać się tylko na jednym sposobie myślenia (zakładać jeden z 6 kapeluszy). Zmieniając kapelusze zmieniamy swoje nastawienie oraz sposób myślenia i mówienia o danym problemie. I tak zakładając biały kapelusz zbieramy dostępne informacje i fakty, wypowiadamy się rzeczowo i konkretnie. W czerwonym kapeluszu natomiast mówimy o swoich emocjach i nastawieniu do problemu. Emocje te mogą być pozytywne lub negatywne, ale zawsze odzwierciedlające osobiste nastawienie mówiącego. Czarny kapelusz powinien spowodować skupienie się na wadach, a żółty na zaletach. Nie zapominajmy nigdy o kapeluszu niebieskim zakładanym z reguły na początku i na końcu analizy. Ten kapelusz ma pomóc w uporządkowaniu procesu myślowego oraz końcowych wniosków.