

## Sex hugsandi hattar

---

### Lýsing

Aðferðin sem nefnd er *Sex hugsandi hattar* er áhrifaríkur hlutverkaleikur þar sem þátttakendur skoða hvernig tekin er ákvörðun út frá mismunandi sjónarhornum. Aðferðin miðar að því að fá fólk til að gera sér grein fyrir að hugsa má um sama hlutinn á marga vegu og með því verður fólk einbeittara og tekur meiri þátt í ákvarðanatöku. Þátttakendur leika mismunandi hlutverk sem eru háð því hvaða hatt þeir bera á höfðinu í sérhvert skipti. Hver hattur segir til um að hugsa eigi á ákveðin máta um eitthvert málefni og þátttakandi leikur það hlutverk sem tilheyrir hattinum. Aðferðin *Sex hugsandi hattar* var þróuð af Edward de Bono árið 1986. Litur hvers hatts ákvarðar mismunandi sjónarhorn fyrir þann sem ber hattinn. Aðferðin er talin draga úr fordómum og svart/hvítri hugsun.

Aðferðin er notuð sem lausnarmiðuð teymisvinna þar sem mörgum hugmyndum er velt upp og á að sýna fram á að lausn við vandamáli getur falist í áður óséðum möguleikum.

### Method

Hópvinnu, umræður ásamt leiðbeiningum frá leiðbeinanda

### Materials

Sex hattar í mismunandi litum (hvítur, rauður, svartur, gulur, blár, grænn)

### Preparation

-

### Time for preparation

10 til 15 mínútur

### Tips for implementation

Mjög mikilvægt er að æfingin sé framkvæmd samkvæmt því skipulagi sem æfingin byggir á og farið sé að reglum sem settar eru af leiðbeinanda. Því er nauðsynlegt að leiðbeinandi hafi fengið þjálfun í aðferðinni og hafi hæfni til að aga nemendur til að fylgja aðferðinni.

### Resources/References

Aðferðin *Sex hugsandi hattar* var skrifuð af Dr. Edward de Bono. Aðferðin gefur hópum fólks tækifæri til að gera sér grein fyrir hvernig ákvarðanir eru teknar sameiginlega á vinsamlegan máta eftir að skoðuð hafa verið mismunandi sjónarhorn hvers máls fyrir sig. Þegar þessari aðferð er beitt í hópum eru góðar líkur á að sameiginleg niðurstaða fáið sem allir eða flestir þátttakendur eru sáttir við. Mikilvægt er að leiðbeinandi komi fram með eins mismunandi sjónarhorn og mögulegt er (helst fleiri en tvö). Aðferðin



Stauriana  
Kouskouvelakou

verður til þess að fleiri sjónarhorn og sjónarmið opinberast og allir sem taka þátt geta tjáð sig að vild og tekin er ákörðun af vel athuguð máli.

Heimildir:

Edward De Bono, Parallel thinking: from Socratic thinking to de Bono thinking, Viking 1994 ISBN 0-670-85126-4

David Moseley, Vivienne Baumfield, Julian Elliott, Frameworks for thinking: a handbook for teaching and learning, Cambridge University Press 2005, ISBN 0-521-84831-8

## Learning outcomes

Í lok þessarar æfingar eiga einstaklingar að:

- hafa fengið þjálfun í að taka ákvörðun með því að líta á málið frá mismunandi hliðum,
- að geta komið að vandamálum og skoðað þau frá mismunandi sjónarhornum á skapandi hátt og út frá mismunandi tilfinningum,
- hafa fengið þjálfun í að leika ólík hlutverk sem hluta af upphitunaræfingu til að fá fram mismunandi sjónarhorn,
- hafa fengið þjálfun í að skoða mismunandi sjónarhorn og taka ákvörðun út frá því,
- geta stjórnað hópi á skipulegan hátt þar sem skoðuð eru mörg sjónarmið og taka síðan sameiginlega ákvörðun..

## Description in clear steps

### Skref 1

Leiðbeinandinn fær alla þátttakendur til að setjast við borð og byrjar á að tala um það málefni sem er til umræðu og á að taka ákvörðun um. Hann biður þá þátttakendur um að setja upp mismunandi hatta eða skiptast á höttum.

Hver hattur segir til um hvernig viðkomandi á að hugsa:

- **Hvíti hatturinn**

Eins og hvíti liturinn táknar þessi hattur að sá sem er með hann skuli hugsa á greinandi hátt með áherslu á að hafa í huga staðreyndir og möguleika.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvaða upplýsingar hef ég um málið?“

„Hversu áreiðanlegar eru upplýsingarnar?“

„Hvernig get ég náð í upplýsingar um þetta?“

„Hvaða upplýsingar myndu vera gagnlegar?“

- **Rauði hatturinn**

Oft tengjum við rauða litinn við reiði eða hita og hér beinist því hugsunin að tilfinningalegum hita og skoðunum byggðum á eigin tilfinningum.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvernig líður mér gagnvart þessari hugmynd?“

„Hvernig líður mér í skrokknum við að heyra um þetta?“ (gut feeling)

„Hvaða áhrif hefur þetta á mig og mitt líf?“

„Hvað tel ég aðrir munu segja um málið?“

- **Svarti hatturinn**

Vaninn er að líta á svartan lit sem einhvers konar endanlegan dóm svo hugsunin sem þátttakandi er beðinn um að fara eftir er gagnrýnin eða smámunasöm þar sem einblínt er á áhættur og bent á vanda.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvernig gæti þetta mistekist?“

„Hvað getur helst klikkað í þessari hugmynd?“

„Hvað er það versta sem getur gerst?“

„Hversu mikil áhætta er fólgin í þessari ákvörðun?“

„Hver verður fyrir mestum skaða af þessari ákvörðun?“

- **Guli hatturinn**

Guli liturinn gefur hugmynd um gleði og sólskin, hugsunin sem fylgir litnum snýr að bjartsýni, vangaveltum og að sjá það besta í öllu.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvað er gott fyrir mig varðandi þessa ákvörðun?“

„Hvernig myndi lífið verða ef þetta tækist?“

„Hvað er best við þessa hugmynd?“

„Hvert myndi þessi ákvörðun leiða mig í hinum fullkomna heimi?“

- **Blái hatturinn**

Blái litur himinsins og þess sem fyrir ofan okkur gefur tilefni til að hugsa með því að líta niður og fá yfirsýn með því að taka til greina heildarmyndina.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvernig er ég nákvæmlega að hugsa um þetta?“

„Hvað finnst mér um þetta málefni?“

„Get ég tekið saman allt sem mér finnst um málið?“

„Hvaða hattur myndi hjálpa mér mest núna?“

- **Græni hatturinn**

Græni litur náttúrunnar beinir þátttakendum í átt að vera skapandi og beina sjónum í nýjar áttir að velta hlutunum fyrir sér og hugsa út fyrir kassann.

Þátttakendur spyrja spurninga eins og:

„Hvaða fleiri möguleikar eru?“

„Hvernig gæti ég gert þetta öðruvísi?“

„Væri hægt að gera þetta öðruvísi?“

„Gæti verið á þessu önnur skýring?“

„Hvernig væri alveg ný nálgun?“

## **Skref 2**

Eftir að hafa skilgreint hlutverk sex mismunandi hatta er hægt að sjá hluti út frá mörgum sjónarhornum og hugsanaferlin geta haft áhrif í ákvarðanatöku. Hugsanaháttur bláa hattsins er alltaf í byrjun og enda hverrar ákvörðunar. Þátttakendur ákveða í sameiningu hvernig höttunum er raðað niður og síðan er það rætt og skipst á höttum og samræðurnar ræddar. Gera má ráð fyrir að vera með hvern hatt í um það bil 2 mínútur í hvert sinn. Oft er endað á að allir hugsji með hvíta hattinum í lokin til þess að allir endi á sömu niðurstöðu.

## **Website**

<https://www.artoopaspartoo.gr/>

## **Links**

[artsoot@gmail.com](mailto:artsoot@gmail.com)

## Art category

### Sviðslistir

#### Days

- 1

#### Group size

- up to 10 participants

#### Settings

- Face-to-face

#### Competence / skill

- Ability to capture, grow and bring an idea to life
- Communication
- Problem solving

CENTAUR verkefnið er með leyfi samkvæmt Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 sem er alþjóðlegt viðurkennt leyfi.



Höfundarétt að leiðbeiningunum eiga CENTAUR samstarfsaðilarnir (2023).

<https://training.centaur-project.eu/exercises/CX189/>

Framkvæmdastjórn Evrópusambandsins styrkir útgáfu þess efnis sem þróað er í þessu verkefni en ábyrgist samt sem áður ekki innihald efnisins því það endurspeglar vinnuframlag og skoðanir höfunda. Ekki er hægt að draga framkvæmdastjórnina til ábyrgðar vegna notkunar sem byggir á upplýsingum sem fengnar eru úr efninu.

Project Number: 2020-1-DE02-KA227-ADU-008268



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union