



מחליפים כובעים

כובעי החשיבה של דה בונו

רקע:

ד"ר אדוארד דה בונו היה רופא, סופר, ממציא ופסיכולוג ארגוני. הוא נולד במלטה ב 1933 ונחשב כחלוץ החינוך לחשיבה מושכלת בעולם, ולאחד מגדולי ההוגים בתחום טיפוח החשיבה. "ששת כובעי החשיבה" (באנגלית: Six Thinking Hats) של אדוארד דה בונו, היא שיטה שמטרתה שיפור תהליך קבלת ההחלטות.

כשאדם נתקל בבעיה הוא נוטה בדרך כלל לחשוב במספר כיוונים בו זמנית ולאמץ דפוסיים אישיים המגבילים את דרכי התמודדותו ולכן מתקשה להגיע לפתרון. מטרת שיטת "ששת הכובעים" היא לפשט את תהליך החשיבה ולפרק אותה לגורמים על ידי חלוקה סמלית לכובעים כשלכל כובע צבע המאפיין סוג שונה של חשיבה. בצורה זו האדם יכול לבחור בסוג החשיבה המתאים לו, זה היעיל ביותר או לשנות כיוון במקום להפעיל את כל סוגי החשיבה בו-זמנית.

מטרת הפעילות:

- ללמוד לזהות את רפרטואר דרכי החשיבה להתמודדות עם בעיות.
- ללמד את החניכים כי ניתן להביט על כל בעיה מזוויות ראייה שונות.
- לתרגל את דרכי החשיבה על מנת להגיע לפתרונות מוצלחים בהתמודדות עם בעיות.
- לחדד את הדקויות בין תחושות, רגשות, עובדות ומחשבות.

גילאים: ביניים- בוגר

חומרים:

- שישה כובעים בצבעים שונים: לבן, אדום, שחור, צהוב, ירוק כחול (הנחיות ליצירת כובע בנספח)
- כרטיסיות הסבר על שיטת החשיבה של כל כובע
- כרטיסיות אירועים

מהלך הפעילות:

1. פותחים את הפעילות בהסבר קצר על שיטת "ששת הכובעים" (נספח) ומניחים במרכז החדר את הכובעים המוכנים.
2. שואלים את החניכים מה לדעתם מייצג צבעו של כל כובע? מהן האסוציאציות העולות ביחס לצבעים השונים?
חושמים על גבי בריסטול את צבעי הכובעים ואת המאפיינים המרכזיים שהעלו החניכים. מתוך האסוציאציות שהועלו ניתן להסביר את צורות החשיבה שמסמל כל כובע.
3. מתרגלים את שיטות החשיבה השונות דרך התייחסות למקרה מחיי הפנימייה:
 - מחלקים את הקבוצה ל-5 תתי קבוצות, כאשר כל קבוצה מייצגת את אחד הכובעים (למעט הכחול).
 - מניחים במרכז הקבוצה את הכובע המתאים ואת כרטיסיית ההסבר על שיטת החשיבה שלו.
 - מקריאים בקול את סיפור המקרה ומבקשים מכל קבוצה לכתוב על דף את תגובתה לסיפור לפי צבע הכובע שברשותה: מה הייתם מציעים לעשות בשם הכובע שאתם חובשים?

- במליאה, מבקשים מנציגי הקבוצות לחבוש את הכובע המתאים להם ולהעלות את הפתרונות שבחרו
- מזמינים את יתר חברי הקבוצה להוסיף או להאיר רעיונות נוספים לפתרונות אפשריים.
- לסיכום מבקשים מכולם לחבוש לרגע את הכובע הכחול ולקבל החלטה יחד אילו כובעים צריך לחבוש כדי לפתור את – הבעיה בדרך הטובה ביותר?

מקרה לדוגמא:

בעקבות הכרזה על מצב חירום המדריך מודיע על ביטול פעילות אחה"צ בחצר, כולל משחק הכדורגל, עד שיתבהרו הדברים.

- הכובע הלבן יאמר: אני יודע שזהו מצב חירום, אני יודע שצריך כרגע להישאר בקרבת המקלט. אנסה לברר פרטים נוספים באינטרנט או עם מנהל הפנימייה בכדי לראות מה עושים.
- הכובע האדום יקפוץ: איזה לחץ! איזה קריזה! מה יהיה? יש לי תחושה שנבלה סגורים כל היום. אוף! נמאס כבר!!!
- הכובע השחור יתריע: זה עלול להיות ארוך, יכול לקחת הרבה זמן, מה אעשה אם אמא תבוא לביקור. רק שלא יקרה לנו שום דבר רע.
- הכובע הצהוב יכול לומר: זה זמן טוב לדבר עם המדריך על בעיה שיש לי בחדר, זו הזדמנות לתפוש אותו בשקט.
- הכובע הירוק יהיה יצירתי ויגיד: אני אכין משחק לקבוצה ואחריו נוכל להתחיל לעשות חזרות להצגה לערב הכישרונות בפנימייה.
- הכובע הכחול יסכם: מה הדבר הכי טוב שאני יכול לעשות עכשיו? להתעצבן? לחשוש? להיות אופטימי? לעבור את הזמן הזה בכיף? מה מהכובעים הכי רלוונטי עבורי? באיזה דרך כדאי לבחור?

* למדריך:

מטרת הדיון היא ללמד את החניכים להבחין בין צורות החשיבה השונות ולהדגיש את היתרונות והחסרונות של כל כובע:

הכובע הלבן – ידע זה כוח, נותן לי תחושה של שליטה במצב.

הכובע האדום – לא יקדם אותי אך חשוב שאהיה מודע לרגשות שעולים בי לאור המצב החדש.

הכובע השחור – מייצג את הקול השקול, יזהיר אותי מפני מגוון האפשרויות שיעלו.

הכובע הצהוב – מייצג את הקול האופטימי, ירגיע אותי אך חשוב לא להתמקד אך ורק בו ולהישאר באופוריה ובשאננות.

הכובע הירוק – יאלץ אותי לחשוב מחוץ לקופסה ולמצוא פתרונות אפקטיביים למצב

הכובע הכחול – יסכם את התחושות, הרגשות ודרכי הפעולה הנכונות.

דף עזר למדריך

שאלות הקשורות לשיטה	הסבר	שיטת חשיבה	אסוציאציות	צבע הכובע	
מה אני יודע לגבי המצב? איזה מידע חסר לי? איזה מידע הייתי רוצה שיהיה לי? כיצד אשיג את המידע החסר?	הכובע הלבן מציג את המידע הקיים ומנסח שאלות לשם השגת המידע החסר.	עובדות והשערות	נקיון, סדר, בהירות, אובייקטיביות	לבן	
מה אני מרגיש לגבי המצב? מהי תחושת הבטן שלי? האם אני אוהב/ת את איך שזה נעשה? מה האינטואיציה שלי אומרת?	רגשות ואינטואיציות (תחושות בטן) הם חלק בלתי נפרד מתהליכי החשיבה שלנו. הכובע האדום מאפשר לנו להציג את רגשותינו כך שהם יוכלו לשמש אותנו ולהיות חלק מודע בתהליך החשיבה, מבלי לנמק או להסביר אותם.	רגשות ואינטואיציה	אש, חום, קנאה, אהבה, כעס	אדום	
מהן הסכנות שקשורות למצב? מה עלול להשתבש? מהן הבעיות הכרוכות בכך?	הכובע השחור מצביע על חסרונות המצב, על נקודות התורפה והסכנות של הרעיון. הוא בוחן את ההשלכות השליליות של התוכנית. ביקורתו של הכובע השחור חייבת להיות מנומקת ומבוססת. הכובע השחור מונע מאתנו לעשות שגיאות ולפעול בפזיזות.	ביקורתיות	חושך, פסימיות, שליליות	שחור	
מהם היתרונות של המצב? מה הטוב שיצא ממנו? כיצד ניתן להצליח?	הכובע הצהוב מצביע על היתרונות של המצב, על התועלת וההשלכות החיוביות של הרעיון. הכובע הצהוב מסביר מדוע הדבר יצלח. ההערכה החיובית של הכובע הצהוב חייבת להיות מנומקת ומבוססת.	חשיבה חיובית ובונה	שמש, שמחה, אור, אופטימיות	צהוב	
אילו רעיונות חדשים עולים לי? אילו חלופות יש למצב? אילו דרכים חדשות ניתן למצוא?	הכובע הירוק הוגה רעיונות חדשים, מציג חלופות נוספות, מאתגר ומערער את המובן מאליו. החשיבה בכובע זה לא חייבת להיות הגיונית.	חשיבה יצירתית	עצים, דשא, פרחים, צמיחה, רעננות	ירוק	
איך ניתן לסכם את המצב? מהו הצעד הבא? לאילו החלטות או מסקנות ניתן להגיע?	הכובע הכחול מתבונן על תהליך החשיבה ומנצח על יתר הכובעים. הוא מגדיר את מטרת התהליך, עושה סיכומי ביניים וסיכום סופי של הדיון. הכובע הכחול מזמין כובעים אחרים להשתתף בתהליך לפי הצורך.	חשיבת על	שמים, מים, רוגע, שקט	כחול	

הכנת כובע

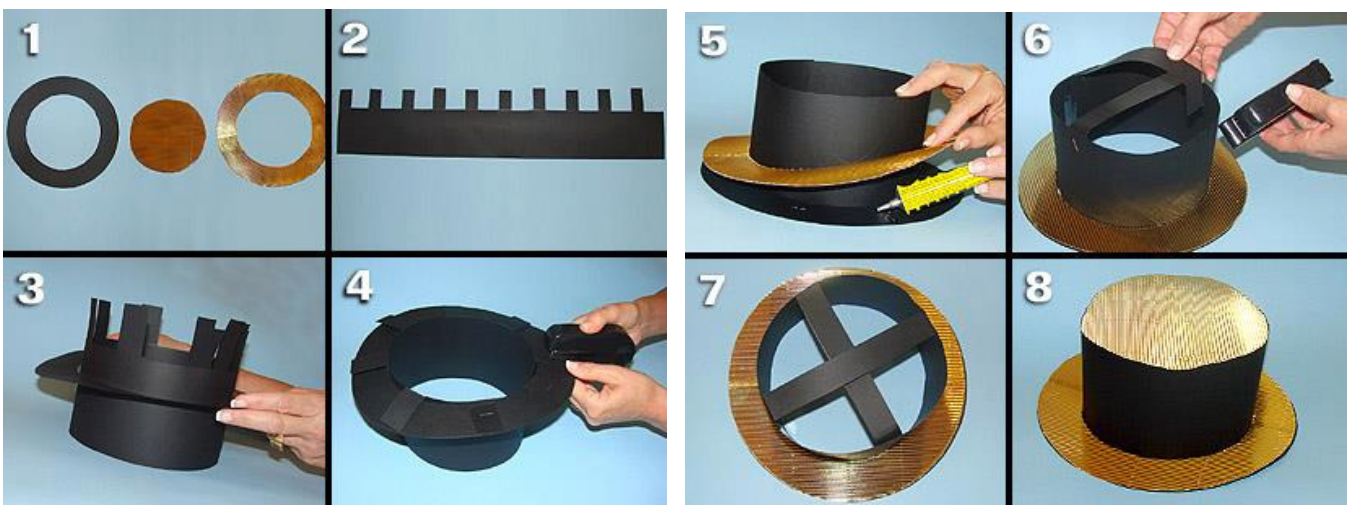
(לקוח מתוך: <http://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-3570311,00.html>)

חומרים:

- 2 בריסטולים בשני צבעים שונים
- שדכן סיכות
- מספריים
- דבק פלסטי
- סרגל
- עיפרון לשירטוט
- צלחת גדולה (בגודל של כ-26 ס"מ, לצורך שירטוט)
- צלחת קטנה (בגודל של כ-16 ס"מ, לצורך שירטוט)

אופן ההכנה:

1. שרטטו בעזרת הצלחות על שני בריסטולים שונים 2 עיגולים גדולים ובתוכם במרכז שני עיגולים קטנים וגזרו, כך שייצאו לכם 2 טבעות ו-2 עיגולים קטנים (נשתמש ב-2 טבעות ובעיגול אחד).
2. שרטטו רצועה באורך של כ-60 ס"מ ורוחב 10 ס"מ. ציירו לה "שיניים" וגזרו.
3. גלגלו את הרצועה והשחילו אותה בטבעת אחת.
4. שדכו את השיניים לטבעת.
5. השחילו מעל הכובע הכמעט מוכן את הטבעת השנייה והדביקו.
6. גזרו 2 רצועות בגודל 22/2 ס"מ ושדכו ב"ראש" הכובע, כך שיייוצר סימן +.
7. עכשיו, יש לכם צורה של + מעל הכובע, שאמור להיראות כמו בתמונה.
8. הדביקו מעל את העיגול, שימו בצד לייבוש והכובע שלכם מוכן





עובדות והשערות

**הכובע הלבן מציג את המידע הקיים
ומנסח שאלות לשם השגת המידע החסר**



רגשות ואינטואיציה

**רגשות ואינטואיציות (תחושות בטן) הם חלק
בלתי נפרד מתהליכי החשיבה שלנו.
הכובע האדום מאפשר לנו להציג את רגשותינו
כך שהם יוכלו לשמש אותנו ולהיות חלק מודע
בתהליך החשיבה, מבלי לנמק או להסביר אותם**



ביקורתיות

הכובע השחור מצביע על חסרונות המצב, על נקודות התורפה והסכנות של הרעיון. הוא בוחן את ההשלכות השליליות של התוכנית. ביקורתו של הכובע השחור חייבת להיות מנומקת ומבוססת. הכובע השחור מונע מאיתנו לעשות שגיאות ולפעול בפזיזות



חשיבת על

הכובע הכחול מתבונן על תהליך החשיבה ומנצח על יתר הכובעים. הוא מגדיר את מטרת התהליך, עושה סיכומי ביניים וסיכום סופי של הדיון. הכובע הכחול מזמין כובעים אחרים להשתתף בתהליך לפי הצורך



חשיבה יצירתית

**הכובע הירוק הוגה רעיונות חדשים,
מציג חלופות נוספות, מאתגר ומערער את
המובן מאליו.
החשיבה בכובע זה לא חייבת להיות הגיונית**



חשיבה חיובית ובונה

**הכובע הצהוב מצביע על היתרונות של המצב,
על התועלת וההשלכות החיוביות של הרעיון.
הכובע הצהוב מסביר מדוע הדבר יצליח.
ההערכה החיובית של הכובע הצהוב חייבת
להיות מנומקת ומבוססת**



**מנהל הפנימייה הודיע
שבגלל בעיות תקציב
כל חוגי הספורט
מתבטלים**



**לאחר בדיקת עיניים
גילית שאתה צריך
להרכיב משקפיים**





**נפלת בחצר הפנימייה
ושברת את הרגל.
לא תוכל להשתתף
בתחרות ריצה אליה
התכוננת במשך
זמן רב**



**נעשים שינויים בבית
הספר והמנהל החליט
לערבב את הכיתות
ולחלק אותן מחדש**





**מאד רצית להתקבל
ללהקת הזמר של
הפנימייה אך לא
עברת את האודישנים**



**בעקבות הכרזה על
מצב חירום, המדריך
מודיע על ביטול פעילות
אחה"צ בחצר, כולל
משחק הכדורגל,
עד שיתבהרו הדברים**

