

## Hoja de trabajo

# Los seis sombreros para pensar de Edward de Bono

El método de los “Seis sombreros para pensar” de Edward de Bono le ayuda a considerar una decisión desde diferentes perspectivas. Esto puede ser importante, útil y necesario.

- Reconocer nuevas ideas y oportunidades para un mayor desarrollo
- Identificar riesgos y problemas
- Reconocer y tener en cuenta perspectivas distintas a la propia.

**La tarea es:**

## Cómo utilizar esta técnica

Puede utilizar el método en sesiones o solo. En las reuniones, tiene la ventaja de evitar confrontaciones cuando personas con diferentes estilos de pensamiento discuten el mismo problema. Cada “sombrero para pensar” tiene su propio estilo de pensamiento. Estos se explican a continuación.

| Sombreo para pensar               | Significado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Preguntas de ejemplo<br>Así es en mi caso:                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| blanco:<br>preguntas<br>objetivas | Esto le permite concentrarse en el material de datos existente. Mire la información que tiene y vea qué puede aprender de ella. Busque lagunas en la información e intente llenarlas o asumir la responsabilidad de ellas. Aquí es donde se analizan las tendencias pasadas y se intenta extrapolar a partir de datos históricos.                                                                                                            | ¿Qué datos tenemos que describan el problema o tarea? ¿Cómo podríamos recopilar datos para encontrar soluciones o respuestas? ¿Qué información específica necesitamos para entender cómo...?                                                                                                            |
| rojo:<br>emociones                | Cuando “lo llevas”, utiliza la intuición, las corazonadas y los sentimientos al analizar los problemas. También trate de imaginar cómo reaccionan emocionalmente otras personas. Trate de comprender las reacciones de las personas que no comprenden completamente sus motivos.                                                                                                                                                             | ¿Cómo nos sentimos ante esta situación? ¿Cómo reaccionamos ante ellos? Sopesemos nuestras reacciones. Por un lado, estamos totalmente de acuerdo en que es sólo el problema... Por otro lado, es enteramente nuestro problema. Marquemos el lugar en la línea que indica nuestra reacción y discútalos. |
| negro:<br>negativos,<br>problemas | Cuando use el sombrero negro, considere todos los aspectos negativos de la decisión. Mírelos con cautela y a la defensiva. Esto es importante porque resalta los puntos débiles del plan. Permite eliminarlos, cambiarlos o desarrollar medidas de apoyo que los contrarresten. Este pensamiento hace que sus planes sean más fuertes y resilientes. También puede ayudar a identificar errores y riesgos graves antes de comenzar a operar. | ¿Qué problemas enfrentaremos si no hacemos nada? ¿Qué importancia tiene esta actitud negativa? ¿Cómo me afecta el problema a mí/mis compañeros/el departamento/la empresa?                                                                                                                              |
| amarillo:<br>positivo             | El sombrero amarillo le ayuda a pensar en positivo. Es el punto de vista optimista el que le ayuda a ver los beneficios y el valor de una decisión. Este pensamiento te ayuda a perseverar cuando todo parece sombrío y difícil.                                                                                                                                                                                                             | ¿Cuál de las medidas de nuestra lista consideramos que tiene más éxito? ¿Cuál de las medidas es más fácil de implementar/en un corto plazo/mediano plazo/largo plazo? ¿Qué beneficios esperamos de las medidas que hemos elegido?                                                                       |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| verde:<br>posibilidades creativas      | El sombrero verde representa la creatividad. Este sombrero lo usan personas que pueden desarrollar soluciones creativas a un problema. Es una forma libre de pensar donde hay poca crítica de las ideas. Varias técnicas creativas pueden ayudarle.                                                                                               | ¿Qué pasos o acciones podríamos tomar para mejorar la situación? ¿Qué pasos o acciones podría tomar como individuo para mejorar esta situación?                                            |
| azul:<br>sistemas o procesos asociados | Este estilo de pensamiento significa "control de procesos". Este sombrero lo usan las personas que presiden las reuniones. Cuando uno se mete en problemas porque las ideas se agotan, éstas pueden tomar la dirección del pensamiento creativo. Cuando se necesitan medidas de apoyo, preguntarán sobre el pensamiento de "sombrero negro", etc. | ¿Qué vamos a hacer? ¿Quién asumirá la responsabilidad de implementar nuestro plan? ¿Cómo determinaremos que las medidas están teniendo el efecto deseado? ¿Cómo podemos medir los cambios? |