

Эдвард де Боно

Шесть шляп мышления

Ключевые
идеи за

30 минут



smart reading
Книги в кратком изложении

Smart Reading. Ценные идеи из лучших книг

Smart Reading

**Ключевые идеи книги: Шесть
шляп мышления. Эдвард де Боно**

«Смарт Ридинг»

2020

Smart Reading

Ключевые идеи книги: Шесть шляп мышления. Эдвард де Боно / Smart Reading — «Смарт Ридинг», 2020 — (Smart Reading. Ценные идеи из лучших книг)

Этот текст – сокращенная версия книги Эдварда де Боно «Шесть шляп мышления». Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры. О книге «Шесть шляп мышления» Эдварда де Боно – это мнемоническая техника, позволяющая осознанно разделять способы мышления, чтобы найти наилучшее решение задачи. Таких способов доктор де Боно насчитал шесть и назвал их метафорически «шляпами» разных цветов. Белая шляпа оперирует точной информацией; красная – эмоциями; черная дает право негативной оценки; желтая, наоборот, предлагает позитивный взгляд на вещи; зеленая подходит к проблеме нестандартно; а синяя систематизирует размышления. Де Боно предлагает сделать сам процесс обдумывания осознанным, научиться переключать сознание и в итоге получить решение в нескольких проекциях. Методика латерального (раздельного) мышления помогает думать эффективнее. Компании, которые используют такой мозговой штурм, сокращают время совещаний на 75 %. Зачем читать • Узнать о принципе латерального мышления доктора де Боно. • Развить способность мыслить креативно и нестандартно. • Эффективно находить решения самых трудных проблем в жизни и в бизнесе. Об авторе Эдвард де Боно – психолог, врач, авторитет в области творческого мышления, инноваций, мнемонических практик. Создатель технологии латерального мышления – умения мыслить нестандартно, используя максимальное количество подходов к задаче. Родился на Мальте, доктор философии Кембриджского университета. В 1992 году создал Институт дизайна и развития мышления при Мальтийском университете. Методы латерального мышления введены в обязательную школьную программу во многих странах мира.

© Smart Reading, 2020

© Смарт Ридинг, 2020

Содержание

Введение	7
1. Мысле-шляпа	8
2. Человек мыслящий	9
3. Для скептиков	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Краткое содержание книги: Шесть шляп мышления. Эдвард де Боно

Автор:

Эдвард де Боно

Оригинальное название:

Six Thinking Hats

Тема:

Личная эффективность

Правовую поддержку обеспечивает юридическая фирма AllMediaLaw
www.allmedialaw.ru

Введение

Можем ли мы управлять нашими мыслями и сделать их более эффективными? Что для этого нужно?

Ответ в креативной технике латерального мышления. Эта методика позволит решать сложные проблемы при помощи мобилизации творческих способностей, в том числе скрытых.

Каждую минуту в нашей голове возникают и исчезают сомнения, переживания, домыслы, планы, замыслы и воспоминания. С помощью латерального мышления можно эффективно навести порядок в «кладовой мысли» и объять необъятное!

Основой данной техники служит образ шляпы. Шляпа – определенный тип мышления. Она позволит найти природу каждого типа мышления и достойное его применение.

Шесть шляп, в которых варятся мысли, дадут инструмент управления своим мышлением, способность взглянуть под иным углом.

Приступим?

1. Мысле-шляпа

1.1. Вспомните известную скульптуру Огюста Родена «Мыслитель». Она тяжеловесна, мрачна, Мыслитель погружен в себя, опершись тяжелой головой на руку. Примите эту позу, сосредоточьтесь, отбросьте от себя все то, что вам мешает, тревожит. Мысленно сформулируйте вашу задачу, требующую решения. Оставайтесь в позе Мыслителя. Очень скоро ваши мысли включатся в роль, которую вы исполняете: играя в мыслителя, вы им становитесь на самом деле.

1.2. Феномен сознательного выбора направления мышления является сутью концепции мыслеварительных шляп.

Наш обыденный тип мышления позволяет нам справляться с повседневными задачами: мы отвечаем на звонки, переходим через дорогу, моем посуду. Такого рода дела не требуют развитого мышления. Фоновое мышление, которым мы пользуемся, не сконцентрировано ни на чем определенном.

Другой тип мышления отличается большей широтой возможностей, осознанностью и усложненным подходом к делу. Оно основано на волевом направлении потока мыслей в нужное русло.

1.3. Реактивный и взвешенный тип мышления

Реактивное мышление напоминает вождение автомобиля: видишь предупреждение – и соответствующе реагируешь на сигнал. Все просто и понятно, но нет возможности составить план, перечень действий на будущее, то есть карту отношения к ситуации.

Латеральный тип мышления как раз позволяет продумать все особенности предстоящего действия. Оперирование трезвым рассудком и железной логикой отличается от банального реагирования на светофор или дорожные знаки. Чтобы подходить к решению задач творчески, мы должны уметь управлять нашим вниманием и знать механизм этого управления.

1.4. Умение управлять течением мыслей составляет основу **картографического типа мышления**. Это подразумевает, что вначале наносятся все положительные или отрицательные черты ситуации, а затем на основе этого рисунка прокладывается маршрут наших решений. То, что мы называем картой нашего отношения к ситуации. Вначале намечаются пути достижения цели, потом происходит выбор наиболее подходящего.

1.5. Процедура составления предметной карты. Знакомство с «ПЛЮМИНОМ»

ПЛЮМИН – это ПЛЮсы, Минусы и все, что ИНтересно.

Вместо привычной реакции на обстоятельства, мы рисуем карту своего отношения к ситуации. Сначала выписываем все плюсы от сложившегося положения вещей, после этого описываем все отрицательные стороны. В заключение оцениваем те явления, которые не относятся ни к «плюсам», ни к «минусам». Эти пункты получают оценку «интересно». Карта ПЛЮМИН позволяет выразить мысли на бумаге и как бы посмотреть на них со стороны.

2. Человек мыслящий

Чтобы научиться думать, как ни странно, на первом этапе достаточно намерения научиться думать. Научиться думать значит полностью изменить свое восприятие. Уметь изменяться самому в соответствии с ситуацией, изменить настройки собственного мышления.

Человек мыслящий не тот, который всегда прав или остроумен. Он не победитель викторин и головоломок. Быть человеком мыслящим – значит обладать стремлением породить полноценную мысль.

3. Для скептиков

Наш мозг представляет собой механизм, производящий мысли, и отличается совершенно нетворческими способностями. Мозг настроен на создание устойчивых схем реагирования, то есть стереотипов, которые он стремится применить во всех схожих ситуациях.

Наша нервная система подвержена перепадам, которые обусловлены содержанием в организме определенных химических веществ. От химической среды обитания нашего мозга зависит также сам процесс мышления. Наши эмоции являются неотъемлемым элементом нашего мышления. Они вовсе не побочный продукт, а важная составляющая.

Так для чего же нужны шляпы? Шляпы призваны служить условно-рефлекторными сигналами, которые могут изменить баланс химических элементов в составе головного мозга.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.