# Suite au dernier article, je vais évoquer maintenant la méthode de Bono, qui offre une réflexion très ouverte, pour affiner votre prise de décision

# La méthode des 6 chapeaux de Bono

Edward de Bono a développé une méthode qui permet d'organiser la réflexion selon six points de vue - ou modes de pensée - symbolisés par des chapeaux de couleurs différentes

**Quels bénéfices attendre de la méthode ?**

Utiliser la méthode permet de :

* Voir la situation sous des angles différents
* Admettre la multiplicité des points de vue
* S’autoriser à explorer des champs de réflexion inhabituels pour nous
* Construire une vision à la fois globale et détaillée de la situation
* Surmonter les difficultés liées aux modes de communication, aux rôles relationnels
* Prendre des décisions éclairées
* Identifier des solutions cohérentes
* Gagner du temps et donc de l’argent
* Eviter de sombrer dans la spirale des conflits basés sur l’absence d’accord à un instant T

**Il s’agit tout simplement de passer la situation et les solutions possible par les filtres des 6 chapeaux. Cette méthode peut être utilisée aussi bien pour la recherche de solutions que pour la prise de décision.**

## **Le chapeau blanc**

Le blanc indique la neutralité. Avec le chapeau blanc, on ne s'autorise que les faits indiscutables, en général chiffrés, à la manière d'un ordinateur. On s'efforce d'être neutre et le plus objectif possible. Comme il est impossible de tout vérifier avec une parfaite rigueur scientifique, on peut distinguer les faits vérifiés et les faits non vérifiés, afin de les utiliser chacun à leur niveau.

## Le chapeau rouge

Le rouge suggère les émotions. Le chapeau rouge permet d'exprimer des sentiments, des émotions, des intuitions vagues. On ne cherche jamais à les justifier ou à leur donner une base logique. C'est l'opposé de l’information neutre et objective. Le chapeau rouge légitime (en les canalisant) les émotions et les sentiments. Cela évite qu'ils soient entremêlés avec les faits, les opinons ou les critiques.

## Le chapeau noir

La couleur noire est négative. Le chapeau noir se concentre uniquement sur ce qui est négatif et logique dans le problème. Le chapeau noir met en évidence ce qui ne va pas, ce qui est incorrect ou erroné, sans passion ou jugement. Il met en évidence les risques et les dangers. Le chapeau noir est négatif, mais n'est pas émotionnel (les émotions négatives sont pour le chapeau rouge).

## Le chapeau jaune

Le jaune symbolise le soleil, la clarté et l'optimisme. Avec le chapeau jaune, on explore les idées d'une manière positive. On cherche à trouver les bénéfices possibles des idées. Du chapeau jaune viennent des propositions concrètes et des suggestions. Il couvre également les rêves, les visions et les espoirs. Le chapeau jaune est lié à l'optimisme Dans le cas d'idées nouvelles, on doit toujours utiliser le chapeau jaune avant le chapeau noir, car il est toujours plus facile de voir les défauts d'une proposition que ses vertus.

## Le chapeau vert

Le vert symbolise la créativité, la fertilité, ce qui pousse et grandit. Avec le chapeau vert, on crée des idées, de manière parfois surprenante. On propose des solutions, même les plus étonnantes. La «pensée décalée» est encouragée. Le chapeau bleu Le bleu symbolise le calme, la maîtrise. C'est également la couleur du ciel, qui domine. Le chapeau bleu contrôle les autres chapeaux et leur fonctionnement. Il pose la question de départ, la rectifie en cours de route si nécessaire, relève les excès de tel ou tel autre chapeau, et tire les conclusions.

# Application de la méthode

* **Le chapeau** **blanc** représente **la neutralité: les faits**, dénués d’interprétations. Il peut s’agir de chiffres, d’informations.

***Dans votre situation: quels sont les faits?*** ***Que savez vous de la situation ? (quelles informations et faits vous détenez) Quelles sont les informations utiles et pertinentes qui vous manquent? Comment pouvez-vous faire pour obtenir ces informations?***

* **Le chapeau** **rouge** représente **les émotions, sentiments, impressions, intuitions** associées à la situation.

***Dans cette situation, que ressentez-vous?*** ***Quand vous pensez à cette situation ou à votre objectif, êtes-vous plutôt enthousiaste      ou anxieux? Tout au fond de vous, pensez-vous avoir raison de poursuivre ce but ? Cet objectif est-il en harmonie et en accord avec vous, vos valeurs et besoins?***

* **Le chapeau** **vert** représente **la créativité** sans censure, **la fertilité des idées**

***Quelles sont les solutions possibles, y compris les plus farfelues? Quels sont tous les moyens dont vous disposez pour atteindre votre but? Quelles sont les personnes qui peuvent vous aider ? Quelles forces pouvez-vous utiliser pour réussir ?***

* **Le chapeau jaune** représente **l’optimisme, la critique positive**

***Pour chacune de ces solutions, quoi mettre en oeuvre?*** ***Établissez la liste de vos forces ; Quels sont les avantages pour vous à réaliser votre objectif? Pourquoi est-il nécessaire de vous investir dans ce projet?***

***\* Imaginez que vous avez réalisé votre rêve : Où êtes-vous? Avec qui? Que faites-vous ?     Que ressentez-vous?***

* **Le chapeau noir** représente **les objections, l’anticipation des dangers** et des risques, la prudence

***Pour chacune de ces solutions: quels sont les risques? Les avantages et inconvénients? Établissez la liste de vos faiblesses ; Notez ce qui peut empêcher la réalisation de votre objectif ; Quelles sont toutes les options possibles pour permettre la bonne réalisation de votre objectif ? Quelles sont les preuves qui vous permettent de penser que vous pouvez réussir? Qu’est-ce qui pourrait vous faire échouer ? Quelles seraient les conséquences de ce résultat? Quelle est votre vision globale face à votre objectif ? (est-il réaliste où faut-il le revoir à  la baisse?)***

* **Le chapeau bleu** représente **l’organisation, la canalisation des idées**, c’est le chapeau qui englobe tout.

***En prenant tout cela en compte: quelle est la solution à retenir? Comment organiser sa mise en oeuvre? Quelles sont les choses que vous avez déjà réalisé concernant ce projet? Que devez-vous faire ensuite? Établissez la liste des objectifs intermédiaires par ordre de priorité ; Fixez-vous des dates de réalisation***

Comme je l’ai évoqué plus haut, ce procédé permet avant tout de **mieux gérer les idées** et de **prendre par conséquent les bonnes décisions**.

L’idée de base est d’**adopter consciemment des modes de pensée différents** à tour de rôle. Chaque mode de pensée est symbolisé par un chapeau d’une couleur différente. Dans le cadre de la vie personnelle, il permet de **faire l’effort conscient d’accorder du temps à chaque mode de pensée**.

**Cette stratégie de réflexion vous offre un cadre pour faire vos choix.**

**Choisirez-vous de vous libérer et d’affirmer votre point de vue ? A vous d’agir !**

Bien à vous,

Claire