



謹慎、負面

黑色帽子

- 會「找出問題點」
- 反思事實與判斷是否與證據相符，考慮風險困難和潛在問題等負面因素。

否定批評，缺點評估

以批判、悲觀方式提出警戒和符合邏輯的負面看法，包含實施的缺點、風險或不安因素。

積極、正面



黃色帽子

- 會思考「要怎麼做比較好」
- 朝著樂觀及建設性的方向思考，研究利益所在，可取之處等問題。
- **正面優點，利益價值**
樂觀、符合邏輯的正面看法，將焦點放在優點上，從利益、價值、可取之處著手

統整、控制



藍色帽子

- 會「全面看事情」
- 冷靜思考
- 理性總結，組織步驟

控制思考的過程

綜觀全局，整合所有意見，並提出最終結論

小結

- 1 玩遊戲有輸有贏，輸了沒關係，下次再加油。
- 2 如果輸了就大哭、生氣、鬧脾氣，那樣大家都不敢跟我玩了。
- 3 我是可以思考的，可以戴上黑色、黃色和藍色等不同角度的思考帽去思考。

情境

- 運動會障礙接力比賽時，原本領先的孝班因為小明掉棒，結果輸了。
- 有幾個在乎比賽結果的同學罵小明，小明哭了。

小結

- 1 比賽有輸有贏，輸了沒關係，下次再加油。
- 2 運動場上「勝不驕、敗不餒」的運動家精神比一時的輸贏更重要，要為自己和他人的努力喝采。
- 3 我是可以思考的，在說話行動之前先戴上黑色、黃色和藍色思考帽，使用不同的角度去思考，然後再選擇適合的決定，與同學進行正向人際互動。