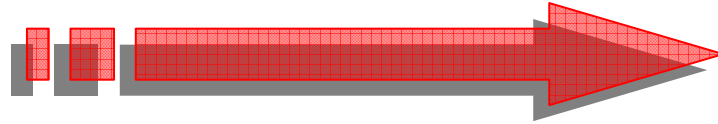


Técnica de entrenamiento en Resolución de problemas



✚ **PASO 1:** Definición muy clara de la situación problemática:

✚ **PASO 2:** ¿Qué puedo hacer para cambiarlo?

Alternativas para hacer frente a la situación problemática

✚ **PASO 3:** ¿Cuál de esas cosas voy a hacer?

Evaluar las consecuencias de cada una de ellas y seleccionar la mejor

✚ **PASO 4:** Lo hago

Poner en práctica la solución elegida

✚ **PASO 5:** ¿Qué ha pasado después?

Verificar los resultados

- He conseguido solucionar el problema
- No lo he solucionado, pero está empezando a arreglarse
- Como no lo he solucionado, volveré al paso 2.

¡ALTO!



¡PIENSA!



¿ES BUENA IDEA?

¡Si es una buena idea, soy un/a ganador/a!



¿ES MALA IDEA?



Si es una mala idea, entonces NECESITO BUSCAR UNA



MEJOR DECISION, porque

**Una mala decisión no me traerá lo quiero en realidad.
Una buena decisión pondrá a TODOS/AS DE BUEN HUMOR,**



incluyéndome a MÍ.