



FORTIUS

Houston, resolvemos un problema

**Autorregistro de Razonamientos
Alternativos****Sesión 9**

Nombre: _____

SITUACIÓN	RAZONAMIENTOS PETARDOS	RAZONAMIENTOS ALTERNATIVOS
Comentarios <i>(si necesitas más espacio, utiliza otra hoja)</i>		

¿POR QUÉ CUESTA RESOLVER PROBLEMAS?

- No tener claro cuál es el problema
- Actuar de forma impulsiva sin reflexionar
- Bloquearse por miedo o rabia y no centrarse en solucionarlo



3 CONSEJOS PARA RESOLVER PROBLEMAS

- Es normal tener problemas
- Piensa antes de actuar
- Enfrenta los problemas



5 PASOS PARA RESOLVER PROBLEMAS

- Aclarar el problema
- Buscar soluciones
- Valorar cada solución
- Elegir la mejor solución
- Poner en práctica la solución





LEYES DE MURPHY

- Nada es tan simple como parece
- Todo lleva más tiempo de lo debido
- Si algo puede fallar, falla

RESUELVE UN PROBLEMA SIGUIENDO LOS 5 PASOS



Autorregistro de Resolución de Problemas

Sesión 10

Nombre: _____

1. ACLARA EL PROBLEMA	Mi problema es...	
2. BUSCA SOLUCIONES	SOLUCIÓN 1	
	SOLUCIÓN 2	
	SOLUCIÓN 3	
3. VALORA CADA SOLUCIÓN	SOLUCIÓN 1	
	Ventajas	Inconvenientes
	SOLUCIÓN 2	
	Ventajas	Inconvenientes
	SOLUCIÓN 3	
	Ventajas	Inconvenientes
4. ELIGE LA MEJOR SOLUCIÓN	Mi solución es...	
5. PON EN PRÁCTICA LA SOLUCIÓN ELEGIDA	¿Cuándo la voy a poner en práctica?	
	¿Cómo la voy a poner en práctica?	



FORTIUS

Houston, resolvemos un problema