

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Krok 1: Vyberte si obavu, která je řešitelná a můžete podniknout kroky k tomu, aby vás už netrápila. Co z toho je obava a jaký je praktický problém?

Krok 2: Jaká jsou možná řešení pro tento problém? Pust'te své fantazii uzdu a klidně napište i "bláznivá" a nepravděpodobná řešení, ty vás mohou navést na další způsoby a reálnější řešení. Pokud ne, tak se jim alespoň zasmějete.

Krok 3: Přejdete na pracovní list "Možná řešení problému" a vypíšete výhody i nevýhody všech možných řešení.

Krok 4: Napište vybrané řešení.

Krok 5: Naplánování kroků řešení.

Co budu dělat?

Kdy?

Kde?

S kým?

Co budu k tomuto řešení potřebovat?

Co mne může zastavit/odradit a jak si s tím poradím?

ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Krok 6: Řešení problému v akci. Jak to proběhlo ve skutečnosti? Co se stalo? Co jsem udělal/a nebo neudělal/a?

Krok 7: Zhodnocení řešení. Povedlo jsem, co jsem si naplánoval/a? Vyřešilo to daný problém?
Pokud ANO: co jsem se z daného cvičení naučil/a? Jak naložím s podobným problémem příště? Co mi to přineslo? Jak vypadají mé obavy teď?

Pokud NE: Vyskytly se problémy, se kterými jsem nepočítal/a?
Je problém moc velký a potřebuje rozdělit na ještě menší části?
Je jiné řešení vhodnější?
V tom případě se vrátím do kroku 3 a proces opakuji s nově vybraným řešením.