

Planilha de Resolução de Problemas

1º Passo	Identifique o problema Decomponha em menores etapas e decida no que você precisa agir primeiro.
2º Passo	Pense e escreva o máximo de ideias que conseguir que possam ajudar a resolver o problema, sem se importar com o quão tolas elas possam parecer – não dispense qualquer possível solução.
3º Passo	Considere os prós e os contras de cada possível solução, usando uma outra folha de papel.
4º Passo	Escolha uma das possíveis soluções que aparenta ser funcional, baseado nas vantagens e desvantagens.
5º Passo	Planeje passo-a-passo o que você precisa fazer para realizar essa solução. O quê? Quando? Como? Com quem ou com o quê? O que poderia dificultar/causar problemas? Como você pode contornar tais dificuldades? Isso é realista e alcançável?
6º Passo	Faça! Realize o plano!
7º Passo	Revise como foi. Isso foi útil? Você conseguiu alcançar aquilo que pretendia? Se não, o que e como você poderia ter feito diferente? Você teve algum progresso, mesmo que pequeno, em relação ao seu objetivo? O que você aprendeu?
8º Passo	Se você alcançou o seu objetivo – considere enfrentar o próximo passo de seu problema principal. Se você não alcançou plenamente seu objetivo – faça ajustes à sua solução escolhida, ou retorne aos passos 3 e 4 e escolha outra possível solução.