













EL SOLUCIONADOR DE PROBLEMAS

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA: ¿qué ha pasado?	
	
STOP. ME PARO. PIENSO: ¿qué puedo hacer?	
	
SENTIMIENTOS: ¿cómo me hace sentir esta situación?	
Mis sentimientos	Los sentimientos de los demás
	
POSIBLES SOLUCIONES: ¿qué posibilidades hay?	
 	 
ANALIZO LAS CONSECUENCIAS: ¿qué puede pasar?	
 	 
ESCOJO LA MEJOR SOLUCIÓN: ¿cómo lo haré?	
