

Leysum vandann!

Hér er önnur leið sem oft er notuð til að leysa vandamál. Hún er aðeins flóknari en hin en er afskaplega árangursrík. Hægt er að nota ímyndað dæmi þegar þið prófið að fylgja þessu fyrst. Unglingar hafa oft ekki þolinmæði til að nota svona æfingar. En ef þau byrja á að æfa sig með vandamál sem eru ekki stór og jafnvel ímynduð þá finna þau fljótt hvað það getur verið gott að hafa svona ramma til að nota þegar eitthvað kemur upp.

Oft stöndum við frammi fyrir vandamáli og vitum ekki alveg hvernig við eigum að leysa það. Vandamálið verður að allt í einu of stórt og við stöndum ráðþrota frammi fyrir því. Ræddu við unglinginn um vandamál, öll höfum við þau á einn eða annan hátt og því eðlilegt að standa frammi fyrir slíku. Það er hins vegar alltaf hægt að finna lausn eða biðja um aðstoð við að finna lausn. Vandamál eru því partur af lífinu en það eru lausnirnar líka.

Þetta verkefni hjálpar unglingnum að æfa sig við vandamálalausnir og að setja vandamálið upp á annan og einfaldari hátt. Þegar vandinn svamlar um í huganum verður það oft flóknara en það þarf að vera. Það er ekki alltaf ein rétt lausn og við þurfum stundum að brjóta vandann niður til að finna allar mögulega lausnir.

Tilgreindu vandamálið sem þú vilt fá aðstoð við að leysa:

Teldu upp eins margar mögulegar lausnir á því eins og þú getur. EKKI META/DÆMA gæði lausnanna á þessu stigi (bara skrifa ALLT sem þér kemur til hugar sem lausn á vandanum).

Svo ferð þú yfir valkostina og metur þá (bara með tilliti til gæða og ásættanleika, ekki hversu yfirþyrmandi þeir virðast að svo stöddu).

- Hversu líklegt er að þessi lausn gangi upp?
- Kostir og gallar hvernar lausnar?
- Hvaða lausn telur þú bestu útkomuna?
- Hversu tilbúin ertu að prófa þessa lausn?

Þegar tiltekin lausn hefur verið valin er kominn tími til þess að búa til áætlun.

- Bútaðu niður skref í átt að framkvæmd lausnarinnar, allt niður í smæsta skref sem þú gætir hugsað þér að framkvæma.
- Ákveddu hvenær og hvernig skrefin verða framkvæmd.

Næst er að hrinda fyrsta skrefi áætlunar í framkvæmd.

Að lokum er árangur áætlunar metinn og breytingar gerðar á henni ef nauðsyn krefur.