

Guião 3A | Protocolo de Resolução de Problemas - 2 sessões

Nota | Antes de iniciar este guião, recomenda-se a leitura do Guião 2.

TREINO DO PROTOCOLO – Sessões 3 e 4

PROCEDIMENTO PASSO A PASSO

Nota inicial | Cabe ao Mentor avaliar a necessidade de realizar 1 ou mais sessões de treino. Todas as sessões de treino deverão seguir os mesmos procedimentos.

Passo 1 | Receba o aluno na sessão começando por lhe perguntar como correu o seu dia ou semana.

Passo 2 | Explique-lhe os objetivos e conteúdos da sessão de hoje.

Passo 3 | Peça ao aluno que indique a que problemas quer aplicar o protocolo para treino (Se o aluno tiver dificuldade em identificar um problema próprio, explique-lhe que pode ser usado um exemplo fictício. Peça-lhe que pense num problema de um amigo ou familiar ou mesmo que imagine uma situação que não seja real).

Passo 4 | Treine o protocolo de resolução de problemas com o aluno, seguindo cada passo lá indicado, tantas vezes quantas forem necessária até que ele seja capaz de seguir o protocolo autonomamente.

Passo 9 | Defina com o aluno o dia e horário da próxima sessão.

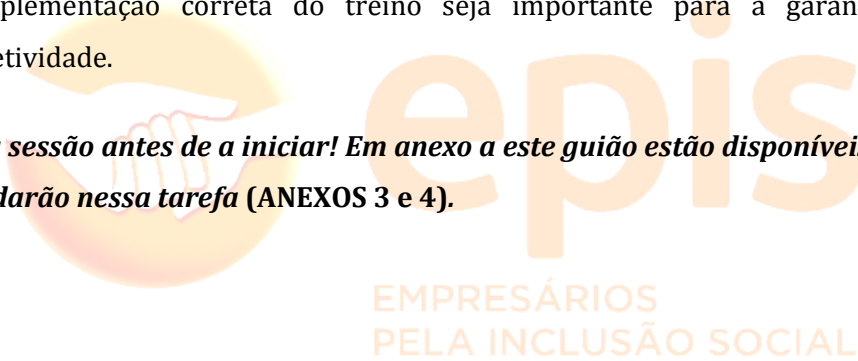
CONTRA-INDICAÇÕES E RECOMENDAÇÕES

Não tem contraindicações. Em muitos casos, se não for seguido de programação de reforço, auto-reforço ou contrato comportamental, poderá não ser implementado pelo aluno.

Atenção:

- O treino não deve ser conduzido de forma mecânica. As habilidades de resolução de problemas devem ser o mais interativas possível, concentrando-se na importância de um relacionamento positivo entre o Mentor e o aluno.
- Torne o treino relevante para o aluno.
- Estimule o aluno a praticar o máximo possível entre sessões. Use tarefas para casa.
- Não se centre apenas em problemas superficiais.
- Concentre-se na implementação de soluções. Estimule o aluno a implementar o maior número possível de soluções durante o treino para ter sucesso.
- Não ignore as emoções durante o treino. O treino não se deve orientar apenas em objetivos virados para o problema mas também em objetivos virados para as emoções.
- Use textos explicativos como apoio ao treino (que devem ser relevantes para o aluno /população em questão).
- Não se esqueça que o aluno é sempre o foco principal de atenção embora a implementação correta do treino seja importante para a garantia da sua efetividade.

Prepare a sessão antes de a iniciar! Em anexo a este guião estão disponíveis materiais que o ajudarão nessa tarefa (ANEXOS 3 e 4).



ANEXO 3 – GUIÃO 2A | Protocolo de Resolução de Problemas

- 1) **Definir o problema** – a definição deve ser clara, específica, sumária e não emotiva. O aluno deve ser encorajado a: procurar factos e informações importantes relativos ao problema; a escrever esses factos em termos claros e específicos; a diferenciar factos objetivos de inferências, suposições e interpretações que não possam ser verificadas e a identificar circunstâncias e fatores que fazem da situação específica um problema.
- 2) **Gerar Soluções Alternativas** – O objetivo neste ponto é o disponibilizar o maior número de soluções alternativas possível no sentido de aumentar a probabilidade de que as mais efetivas venham a ser identificadas. Deve ser analisado só um problema de cada vez e nenhuma solução deve ser considerada demasiado ridícula para ser desconsiderada – princípio do brainstorming. Para fazer uma lista de soluções devem seguir-se três regras de ouro: registar o maior número possível de ideias (quantidade), não avaliar aprioristicamente as ideias (adiamento do julgamento), ser criativo e sugerir ideias corajosas (variedade).
- 3) **Classificar e decidir qual é a melhor ideia** – Para cada vantagem e para cada desvantagem, o aluno deverá quantificar o grau de importância que tem para ele, numa escala de 1 (pouco importante) a 5 (extremamente importante). Depois calcula a média dos pesos das vantagens e dos pesos das desvantagens. De seguida calcula a diferença entre as médias.
- 4) **Elaborar um plano** – para implementar a solução selecionada que deverá ser clara e específica: Quem é que vai fazer o quê, quando, onde e como?

ANEXO 4 – GUIÃO 2A | Folha de classificação - Protocolo de Resolução de Problemas

1º Passo: Definir o problema com precisão.				
2º Passo: Listar todas as soluções possíveis (por mais disparatadas que pareçam):				
3º Passo: Discussão de cada solução listada e avaliação das vantagens e desvantagens:				
Solução 1:	Vantagem	(5)	Desvantagem	(-5)
		Solução		
Sub-total =			Sub-total =	
			TOTAL =	
REPETIR O 3º PASSO TANTAS VEZES QUANTAS AS SOLUÇÕES GERADAS				
4º Passo: Hierarquizar as soluções (desde a que tem o melhor total positivo até à que tiver o maior valor negativo) e escolher a melhor solução (a que tiver o melhor total positivo) ou combinar soluções:				
5º Passo: Planificar a aplicação da solução e monitorização:				