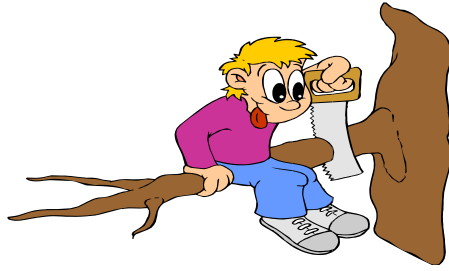


# Część 11.

## Rozwiązywanie problemów.



## Rozwiązywanie problemów.



**Czy jest jakiś problem, który trudno Ci rozwiązać? Jeżeli tak, napisz jaki to problem i czego próbowałeś, żeby go rozwiązać...**

## Najlepsze metody rozwiązywania problemów Alberta.



Jeżeli masz trudności z rozwiązaniem jakiegoś problemu, to możliwe że poznając moje Metody Rozwiązywania Problemów, będziesz mógł spojrzeć na problemy w nowy sposób, który da dobre rezultaty.

'Podzieliłem moje metody na dwie części, które należy użyć by skutecznie rozwiązać problem. Oto one:

1. Zasady ogólne i
2. Kroki szczegółowe.'

### Zasady ogólne.

- Znajdź kogoś do pomocy.
- Ustal miejsce i czas kiedy będziesz mógł przedyskutować problem i rozwiązanie z kimś, kto może pomóc.
- Postaraj się żeby nic Cię nie rozpraszało (np. telewizja).
- Omów tylko jeden problem na raz.
- Jeżeli zmagasz się z dużym problemem, podziel go na mniejsze części i zajmij się nimi pojedynczo.
- Zdefiniuj problem jasno i pozytywnie. Unikaj niejasnych definicji.
- Staraj się by definicje były zwarte.
- Bądź pozytywny dyskutując o problemie i skup się na szukaniu rozwiązań, a nie na tym kogo winić.
- Pamiętaj, że to zwykle problemy a nie ludzie utrudniają życie.
- Przyznaj, że też jesteś odpowiedzialny za problem.
- Spróbuj znaleźć jak najwięcej rozwiązań i nie przejmuj się jeżeli niektóre na początku wydadzą się dziwne lub niezwykłe.
- Poczekaj, aż znajdziesz jak najwięcej rozwiązań, zanim zastanowisz się, które mogą pomóc.
- Uczcij sukces kiedy uda Ci się rozwiązać cały problem lub jego część.

## Najlepsze metody rozwiązywania problemów Alberta.



### 1. Zdefiniuj problem pozytywnie i zwięźle.

Unikaj negatywnych, długich i niejasnych definicji problemu. Oto przykład negatywnej definicji problemu...

'Chciałbym mniej kłócić się z bratem.'

To jest negatywna definicja ponieważ mówi o tym, czego nie masz robić (kłócić się), zamiast powiedzieć co powinieneś zrobić!

Definiowanie problemu w pozytywny sposób jest łatwe. Wystarczy pomyśleć czego będziesz robił więcej kiedy problem zostanie rozwiązany. Oto przykład tego samego problemu zdefiniowanego w pozytywny sposób.

'Chciałbym żyć w zgodzie z bratem.'

Kiedy definiujemy problemy w pozytywny sposób, łatwiej jest znaleźć dobre rozwiązania.

### 2. Poszukaj jak najwięcej możliwych rozwiązań.

To po prostu poszukanie tylu rozwiązań problemu, ile tylko potrafisz. Nie bój się być kreatywnym i szukać rozwiązań, które na początku wydają się niezwykłe lub dziwne. Niezwykłe pomysły zwykle prowadzą do znalezienia nowych rozwiązań. Wielu osobom pomaga zapisanie pomysłów na kartce papieru.

### 3. Zbadaj dobre i złe strony Twoich pomysłów.

Kiedy już będziesz miał listę rozwiązań, poszukaj wszystkich 'za' i 'przeciw' w odniesieniu do każdego pomysłu.

#### 4. Ustal plan działania z osobami, które Ci pomogą.

Kiedy już znajdziesz dobre i złe strony pomysłów, wybierz jeden i opracuj dokładny plan jego użycia.

#### 5. Wprowadź plan w życie.

Nie ma sensu tworzyć planu jeżeli go nie użyjesz!!!

#### 6. Sprawdź postępy.

Rozwiązanie trudnych problemów może zająć dużo czasu i często potrzeba kilku prób. Dlatego ważne jest, żeby sprawdzać jak Ci idzie wprowadzanie planu w życie. Powinieneś zrobić to z osobami, które pomogły Ci stworzyć plan.

#### 7. Oceń pierwotny plan.

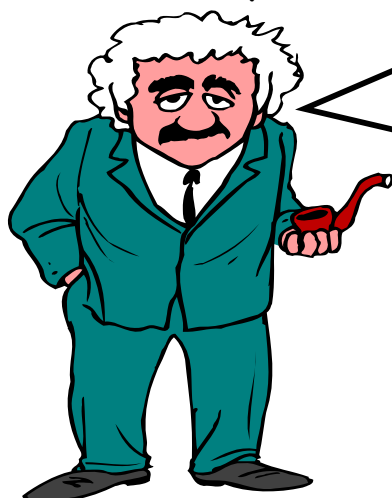
Jeżeli Twój plan nie rozwiązał problemu za pierwszym razem, nie zniechęcaj się i nie poddawaj. Zamiast tego, oceń pierwotny plan i zastanów się co możesz zmienić przed następną próbą. Nie obwiniaj się za to, że coś nie działa perfekcyjnie.

#### 8. Uczcij sukces.

Jeżeli rozwiązałeś problem w całości lub w części, pamiętaj, żeby uczcić postępy, które zrobiłeś.

#### 9. Utrzymuj pozytywne zmiany, które wprowadziłeś.

Pamiętaj, aby nie wracać do zachowań, które doprowadziły do powstania problemu. Zamiast tego bądź czujny i wprowadzaj skuteczne rozwiązania w życie.



Oto, jak mój znajomy wampir użył moich metod rozwiązywania problemów, żeby poradzić sobie ze słabą popularnością wśród mieszkańców miasta, kiedy zamierzał startować w wyborach na burmistrza Vlackan Mackan Staad w Transylwanii.

## Hrabia Duffy na burmistrza.



Hrabia Duffy jest wampirem, który (tak jakby) żyje w Vlackan Blackan Mackan Staad od 327 lat. Mieszka tam tak długo, że bardzo polubił to miejsce. Tak bardzo, że chciałby zostać pierwszym burmistrzem - wampirem w swoim mieście.

Niestety w związku z tym, że jest wampirem, jest bardzo niepopularny przez miejscowych i w ostatnich wyborach dostał tylko dwa głosy. Wiedział, że jeden z głosów był jego, a drugi jego wiernego sługi, Igora.

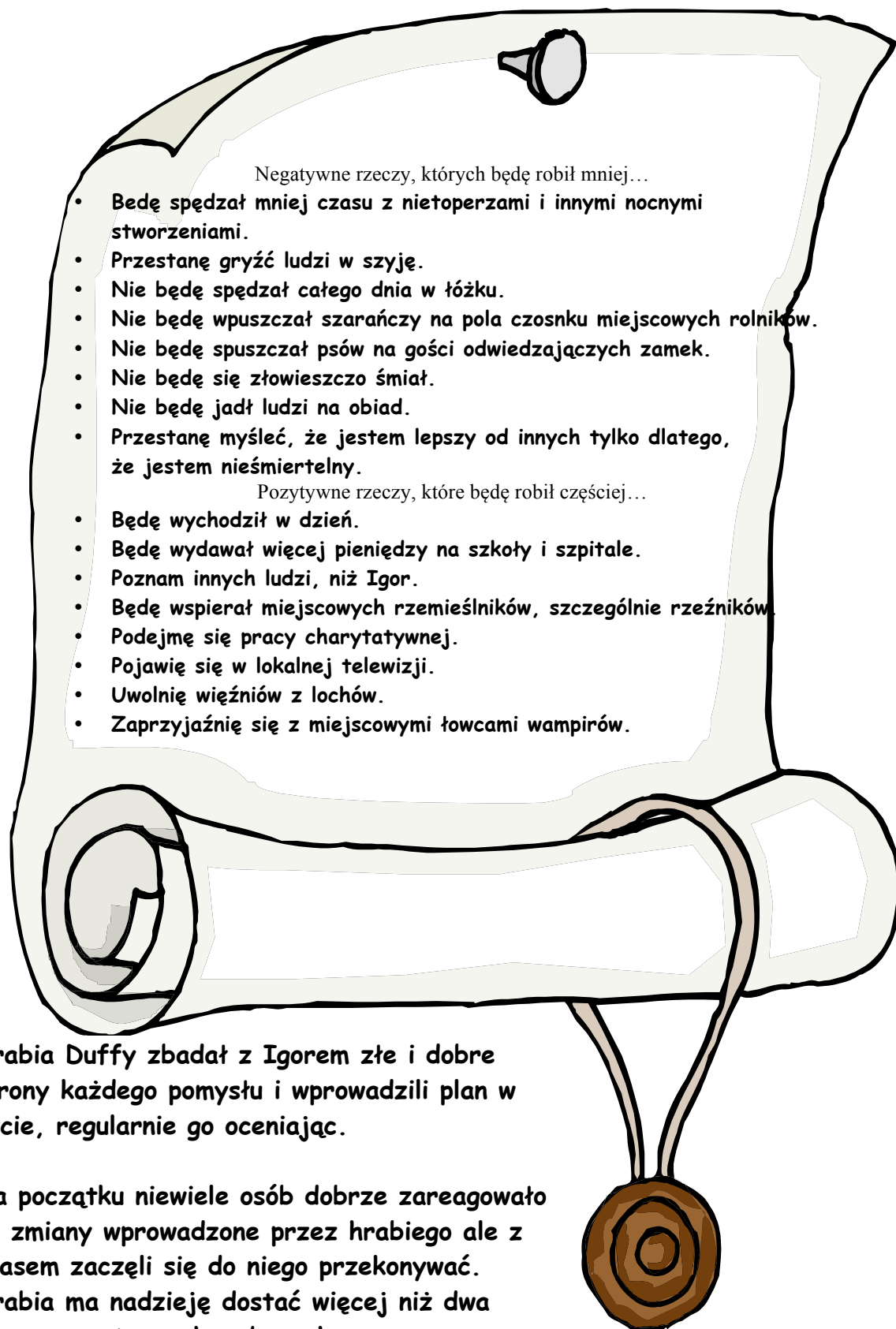
Hrabia Duffy zdał sobie sprawę, że nie da rady rozwiązać problemu braku popularności samemu i poprosił Igora o pomoc w zastosowaniu Metod Rozwiązywania Problemów Alberta.



Przede wszystkim przeczytali ogólne i szczegółowe wskazówki. Ustalili czas na rozmowę i zdefiniowali problem Hrabiego Duffy w ten sposób:

'Chciałbym stać się bardziej popularny wśród mieszkańców Vlackan Blackan Mackan Staad w nadziei, że więcej z nich zagłosuje na mnie w następnych wyborach na burmistrza.'

Stworzyli listę rozwiązań, którą znajdziesz na następnej stronie. Co myślisz o dobrych i złych stronach ich pomysłów...



Negatywne rzeczy, których będę robił mniej...

- Będę spędzał mniej czasu z nietoperzami i innymi nocnymi stworzeniami.
- Przestaną gryźć ludzi w szyję.
- Nie będę spędzał całego dnia w łożku.
- Nie będę wpuszczał szarańczy na pola czosnku miejscowych rolników.
- Nie będę spuszczał psów na gości odwiedzających zamek.
- Nie będę się złowieszczo śmiał.
- Nie będę jadł ludzi na obiad.
- Przestaną myśleć, że jestem lepszy od innych tylko dlatego, że jestem nieśmiertelny.

Pozytywne rzeczy, które będę robił częściej...

- Będę wychodził w dzień.
- Będę wydawał więcej pieniędzy na szkoły i szpitale.
- Poznam innych ludzi, niż Igor.
- Będę wspierał miejscowych rzemieślników, szczególnie rzeźników.
- Podejmę się pracy charytatywnej.
- Pojawię się w lokalnej telewizji.
- Uwolnię więźniów z lochów.
- Zaprzyżąnię się z miejscowymi łowcami wampirów.

Hrabia Duffy zbadał z Igorem złe i dobre strony każdego pomysłu i wprowadzili plan w życie, regularnie go oceniając.

Na początku niewiele osób dobrze zareagowało na zmiany wprowadzone przez hrabiego ale z czasem zaczęli się do niego przekonywać. Hrabia ma nadzieję dostać więcej niż dwa głosy w następnych wyborach...

**Pomyśl jeszcze raz o problemie, który opisałeś wcześniej i użyj następnych dwóch stron, żeby użyć metod Alberta .**

**Osoby, które mi pomogą to...**

**Ustaliliśmy, że porozmawiamy o rozwiązywaniu problemu tego dnia...**

**Przeczytaliśmy Ogólne zasady i Szczegółowe kroki. Nasza pozytywna definicja problemu to...**

**Poszukiwanie rozwiązań dało nam tę listę pomysłów...**





**Dobre i złe strony pomysłów to...**

**Rozwiązania, które zdecydowaliśmy się wprowadzić w życie to...**

**Nasz plan działania to...**

**Oceniemy nasze postępy tego dnia...**

**Zmiany w naszym planie to...**

**Nasze sukcesy do uczczenia to...**



## Rozwiązywanie problemów.

Po skończeniu tej części, myślę że najważniejsze rzeczy, które trzeba wiedzieć o rozwiązywaniu problemów to ...

