



Piano di soluzione

1 Qual è esattamente il problema?

2 Penso tutte le soluzioni possibili.

3 Considero con attenzione tutte le alternative individuate.

4 Formulo un piano dettagliato.

5 Verifico di aver eseguito bene il piano e di aver raggiunto lo scopo.



Come si applica il piano di soluzione

Proviamo ad applicare la strategia ad una situazione d'esempio:

Paolo è stato invitato alla festa di compleanno di un compagno di classe, che si terrà subito dopo il suo allenamento pomeridiano di calcio; la mamma ha già confermato la presenza di Paolo e comprato un regalo per il festeggiato. La mamma dice a Paolo che verrà a prenderlo un po' prima, perché torni a casa a lavarsi e cambiarsi prima della festa. Ciò scatena le proteste di Paolo: non gli interessa per niente lavarsi e cambiarsi, alla festa ci può andare anche in tuta, perché non vuol certo perdere una parte dell'allenamento. Discutendo, la mamma minaccia Paolo di non portarlo affatto all'allenamento, mentre Paolo ribadisce di voler assolutamente andare e di non voler tornare a casa prima della festa.

La situazione così com'è sembra bloccata: Paolo si intestardisce e la mamma ha la tentazione di punirlo (non portandolo all'allenamento) per poter imporre il suo punto di vista.

A questo punto, impostare un piano di soluzione può aiutare la mamma e Paolo a trovare una soluzione comune senza che si inneschi una sequenza aggressiva reciproca.

Cerchiamo di procedere con ordine utilizzando i passaggi della strategia di soluzione:

1

2

(continua)

3

4

5

(continua)