

Fecha: \_\_\_\_\_

## Herramienta de Evaluación y Planificación para la Resolución Colaborativa de Problemas (Collaborative Problem Solving Assessment and Planning Tool, CPS APT)

Nombre \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Completa cada sección en orden. Este es un document de trabajo y debe ser actualizado regularmente. **Si tienes más problemas que resolver, utiliza otra página.**



### 1: COMPORTAMIENTOS NO DESEADOS

Mencione lo que vea. Estas son **reacciones** de comportamiento a factores desencadenantes, situaciones o expectativas difíciles.

--



### 2: PROBLEMAS POR RESOLVER

Describe las **situaciones** en las que ocurren los comportamientos no deseados, también conocidos como **expectativas, disparadores** o **antecedentes**. Identifica el problema lo más **específicamente** posible. **Utiliza más líneas según sea necesario.**

El Problema por resolver	Más información?	Plan A/B/C	¿Cómo se verá el Plan A o C?
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		
	<input type="checkbox"/>		



### 3: HABILIDADES DE PENSAMIENTO

Marque las habilidades con las que cree que el individuo tiene dificultades y que le hacen difícil manejar determinados factores desencadenantes y expectativas. Tenga en cuenta el antecedente cultural del individuo al evaluar las habilidades de pensamiento. Marque todas las opciones que correspondan, pero no se preocupe, ésta es su mejor suposición.



#### Habilidades de lenguaje y comunicación

- Comprender lo que dicen los demás
- Seguir el hilo de las conversaciones
- Comprender de forma rápida a las personas que hablan
- Decir lo que piensa o necesita
- Decir lo que le molesta
- Decir lo que siente
- Encontrar de forma rápida las palabras que necesita



#### Habilidades de atención y memoria de trabajo

- Centrarse en cosas que requieren mucha atención
- Hacer cosas en orden
- Estar pendiente del tiempo
- Pensar en más de una cosa a la vez
- Mantener la concentración durante las actividades
- Ignorar distracciones
- Pensar en más de una solución para un problema



#### Habilidades emocionales y de autorregulación

- Manejar los sentimientos al enfadarse o frustrarse
- Manejar los sentimientos al molestarse
- Manejar los sentimientos al estar nervioso, preocupado o ansioso
- Manejar los sentimientos al decepcionarse o entristecerse
- Pensar en lo que podría ocurrir antes de hacer algo
- Pausar antes de responder
- Esperar algo que desea
- Ser enérgico en el momento oportuno; tener energía cuando se espera que la tenga
- Mantener la calma en el momento oportuno; calmarse cuando se espera que lo haga



#### Habilidades de flexibilidad cognitiva

- Manejar el cambio de una actividad a otra
- Comprender que las cosas pueden ser "algo así" en lugar de todo de una forma o todo de otra; observar las "escalas de grises" en lugar de solo "blanco y negro"
- Imaginar diferentes formas en que las cosas podrían ocurrir en el futuro
- Manejar los cambios en una rutina o una norma
- Manejar situaciones nuevas o respuestas poco claras (p. ej., "no lo sé")
- Cambiar la opinión si se ofrece una idea o solución diferente
- Comprender por qué un plan puede necesitar cambios
- No tomar las cosas de forma muy personal, exagerar o pensar que las cosas son peor de lo que son



#### Habilidades de pensamiento social

- Prestar atención a lo que otros dicen o hacen
- Comprender lo que otras personas quieren decir por su forma de comportarse o hablar
- Empezar o tener conversaciones con otras personas
- Captar la atención de los demás de formas positivas
- Comprender cómo su comportamiento hace sentir a los demás
- Comprender lo que los demás piensan del individuo y de su comportamiento
- Comprender los puntos de vista de los demás

