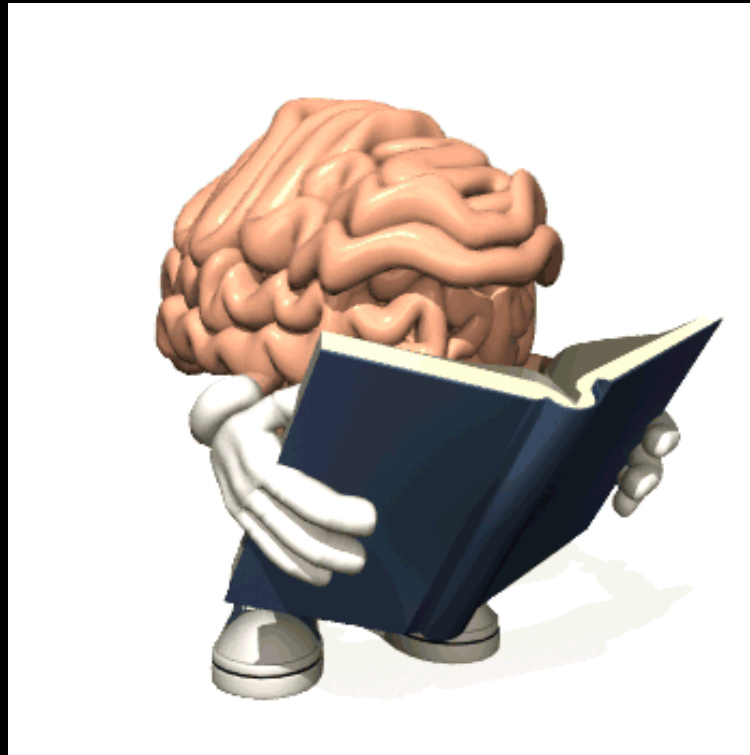


Taller de Salud del Cerebro

Módulo 6: Solución de Problemas



Contenido del Módulo 6

- Resolución de problemas
 - ¿Qué es la resolución de problemas?
 - ¿En qué parte del cerebro está la resolución de problemas?
 - La resolución de problemas y EA
 - Entrenamiento de la resolución de problemas y la creatividad
- Tareas en casa para la próxima semana

Repaso

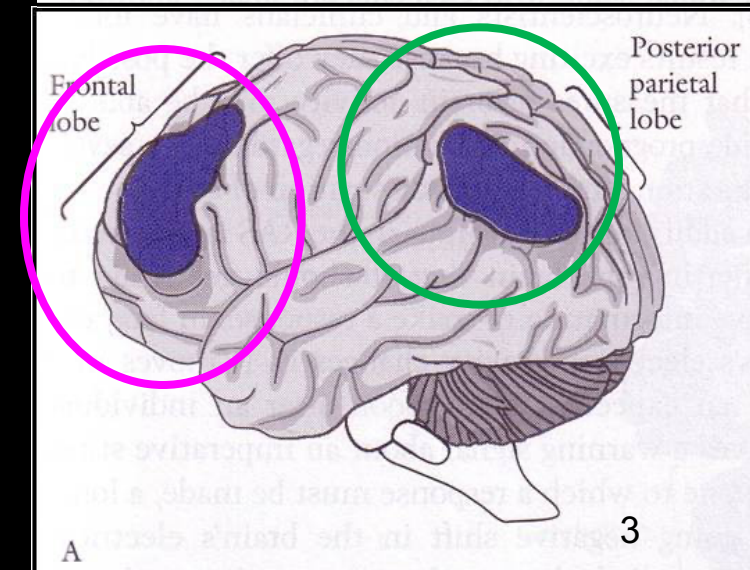
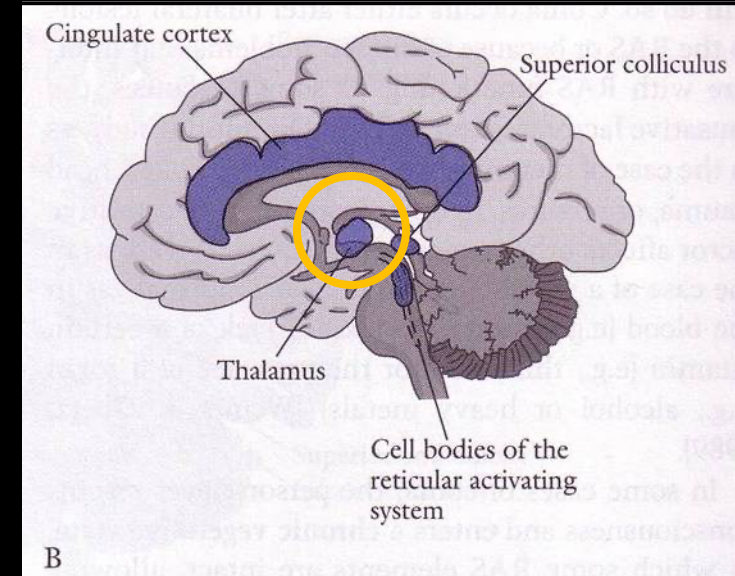
Ejercicio de rotafolio:

- Haga un resumen de lo que se vió en el módulo 5



Tipos de Atención

- Enfocada
- Selectiva
- Alternada / Dividida
- Sostenida



Revisión: Tarea en casa

- Lecturas:
 - “Atención y EA”
 - “¿Qué es Atención?”
 - “Atención y envejecimiento”
 - ¿Puntos interesantes? ¿Dudas?

Revisión: Tarea en casa

Retos para el cerebro:

1. Contar las vocales de un párrafo en un ambiente silencioso y en un ambiente con muchas distracciones
 - ¿Fue diferente hacerlo con ruido y sin ruido?
 - ¿Lo puede adjudicar a la atención?

Repaso: Las Cuatro “Zonas de Conocimiento”

Cabeza de
Información



**Memoria y
Aprendizaje**

Gusano Palabra



Lenguaje

Estrella Artista



**Visual / Espacial
Y Motora**

Gato Creativo



**Atención Y
Resolución
de problemas**

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS



RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Éste es un gran problema. Su trabajo es dividirlo en problemas más pequeños y culpar a otras personas.



¿Qué es la Resolución de problemas?

Muchas y diferentes habilidades son parte de la “resolución de problemas”, p ej.:

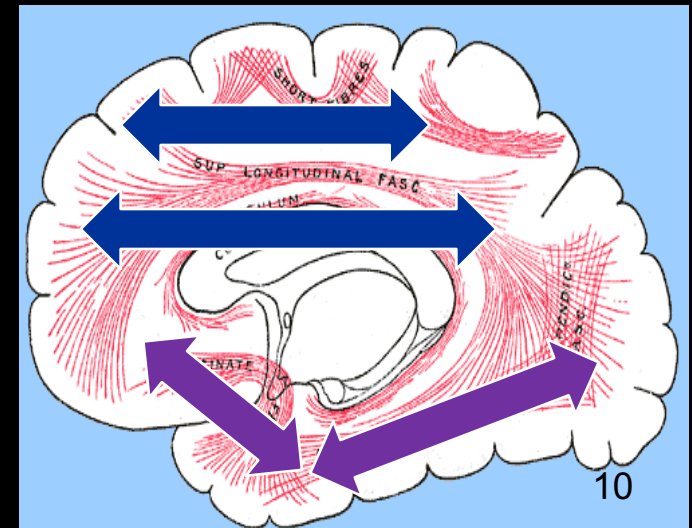
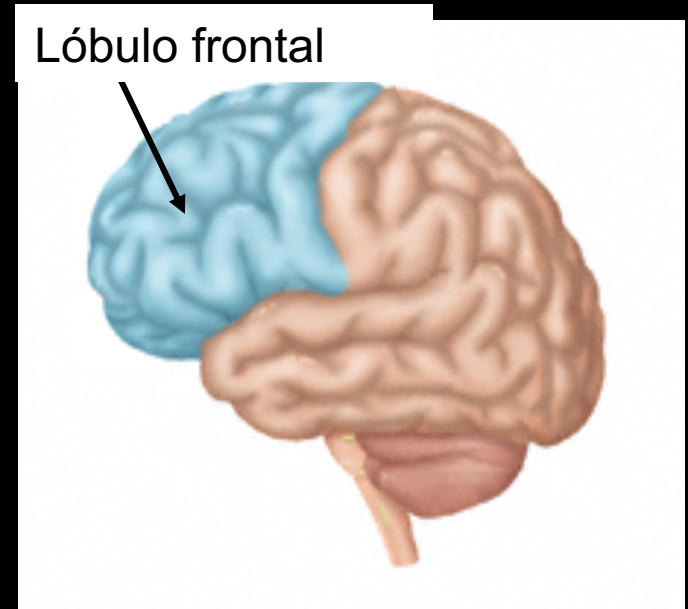
- Reunir información para aplicarlo al problema
- Generar ideas (ser creativo)
- Planear y organizar nuestro comportamiento
- Valorar opciones y tomar decisiones



Resolución de problemas en el cerebro

Los lóbulos frontales son las regiones clave del cerebro para la resolución de problemas.

- Los lóbulos frontales están bien conectados a todas las otras partes del cerebro.
- Lo que permite la transferencia de información DESDE y HACIA los lóbulos frontales
 - La información se integra.
 - Las direcciones pueden entonces ser enviadas de vuelta hacia varias regiones del cerebro para “llevar a cabo las órdenes”- p. ej. lenguaje, motoras, recuperar algo de la memoria....

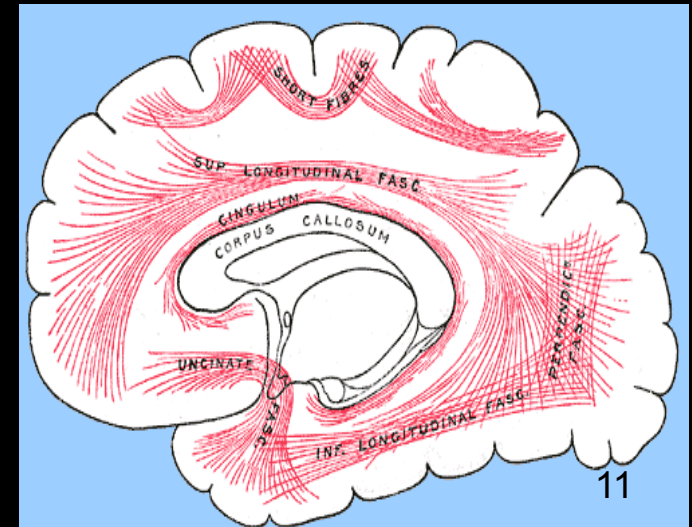
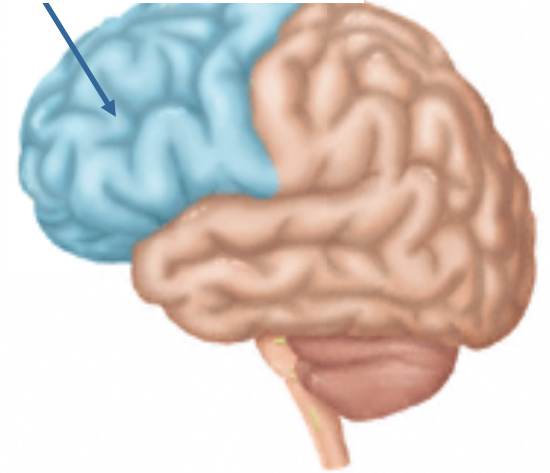


La Resolución de problemas en el cerebro

Toda esta información es usada para manejar complejas habilidades del pensamiento:

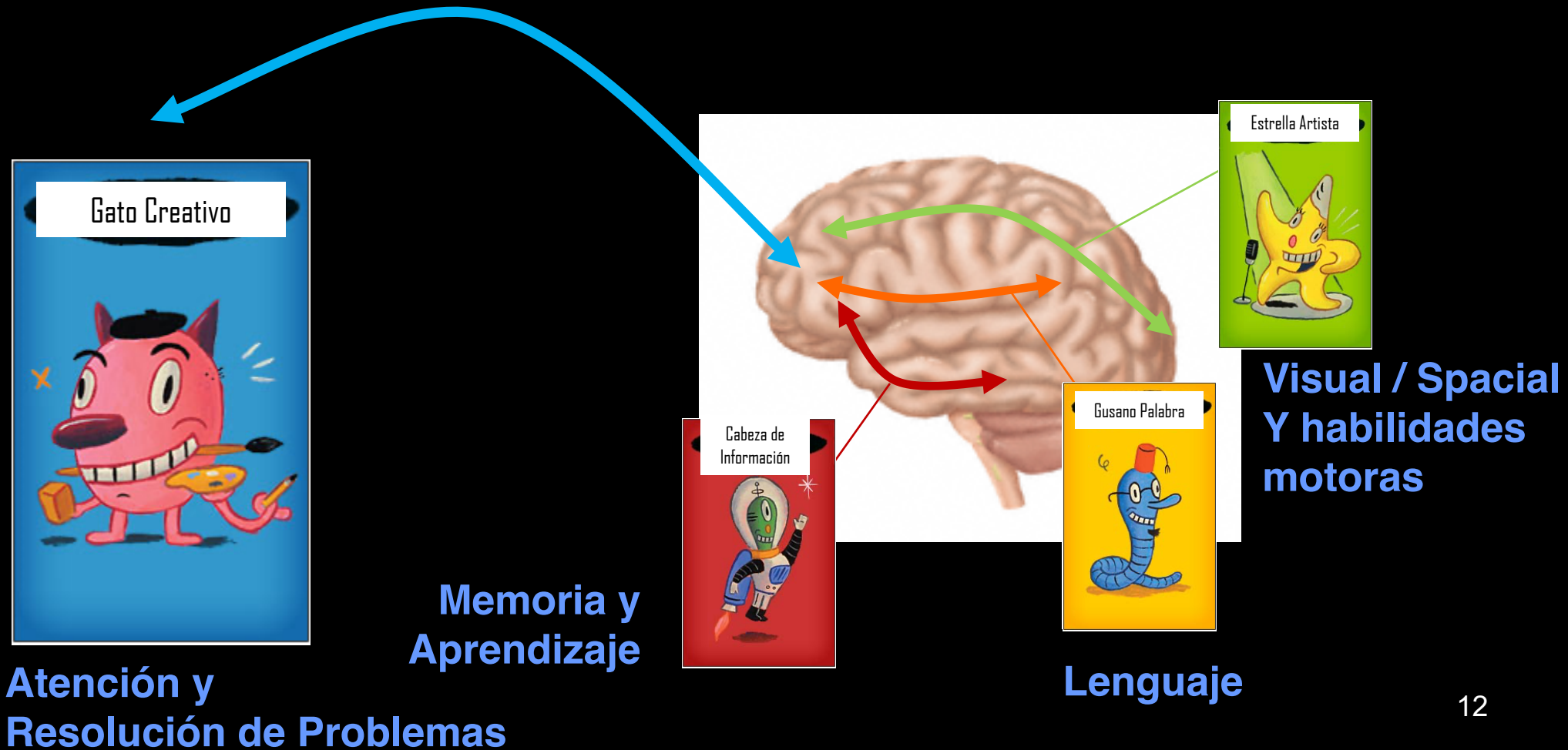
- Sintetizar / integrar información
- Creatividad
- Planeación / Organización
- Toma de decisiones

Lóbulo frontal



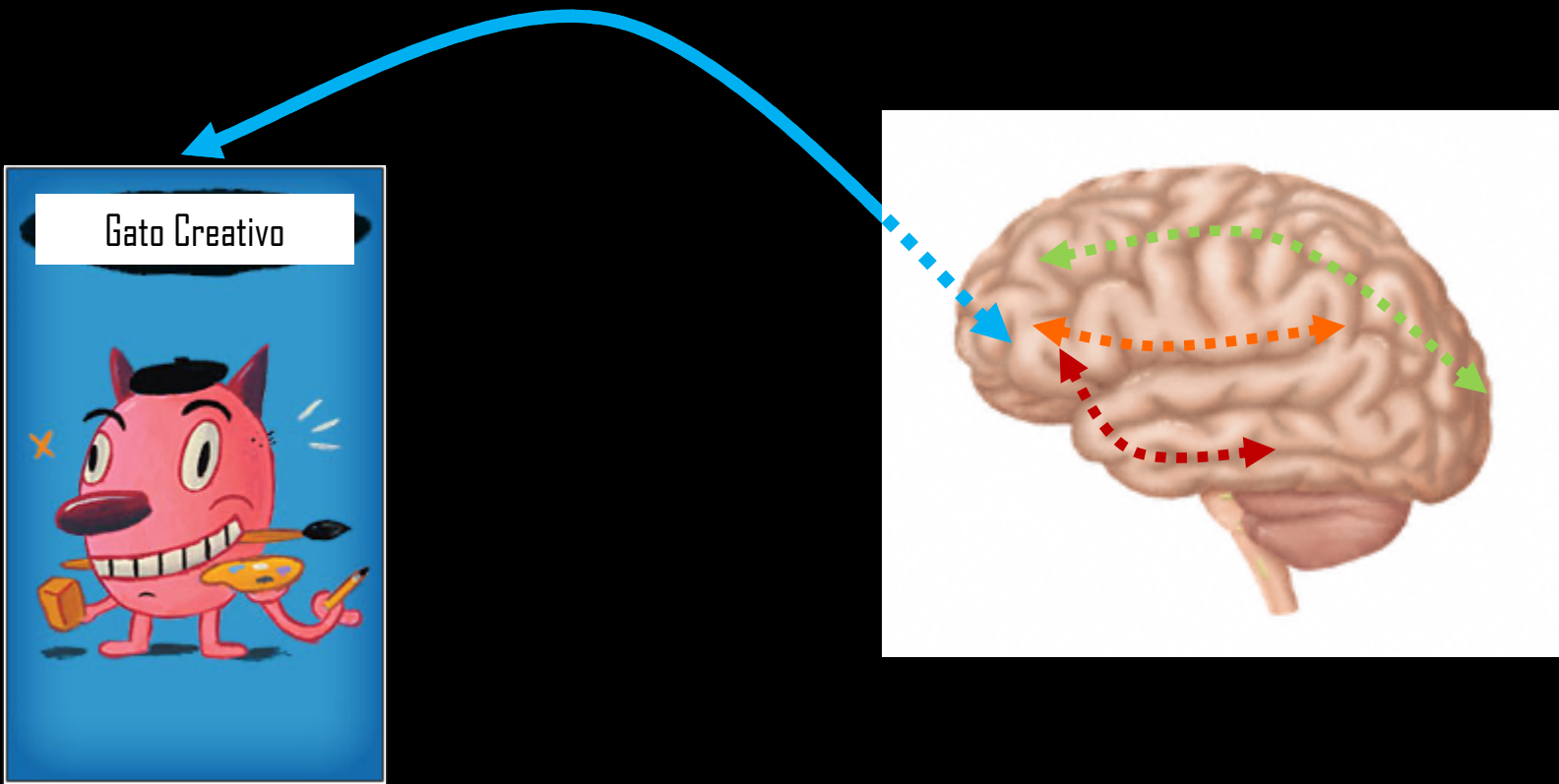
La resolución de problemas en el cerebro

Todas las zonas de conocimiento contribuyen a la resolución de problemas:



Resolución de Problemas y EA

El daño a cualquiera de estas zonas, a los lóbulos frontales o a las conexiones puede interrumpir habilidades de resolución de problemas.....



Resolución de Problemas y EA

Algunas veces las personas con EA tienen dificultades con:

- Continuar una tarea
- Concentrarse
- Realizar varias cosas a la vez
- Tomar decisiones o
- Prestar atención a más de una cosa al mismo tiempo



Ejercicio de Resolución de problemas



Ejercicio de Resolución de problemas

Generación de ideas y pensamiento creativo...



Ejercicio de Resolución de problemas

Generación de ideas y pensamiento creativo...

Hagamos dos ejercicio juntos

1.Ha sido un largo día y necesitan preparar algo de comer. No han ido a la tienda, por lo que tienen que preparar algo con lo que ya tienen...

2.Tres escenarios



Módulo 5: Revisión

Resolución de problemas

- Muchas habilidades juntas nos permiten resolver problemas: creatividad, planeación, toma de decisiones...
 - Todas las zonas de conocimiento contribuyen a la resolución de problemas
- Los lóbulos frontales integran virtualmente la información DE todas las otras regiones del cerebro y mandan instrucciones HACIA las mismas.
- EA puede causar dificultades en la resolución de problemas, especialmente por el daño a las conexiones entre los lóbulos frontales y el resto del cerebro.
- Podemos ejercitar nuestras habilidades de resolución de problemas en el Gimnasio Mental.

Tarea en casa

1. Tarea de lectura

- Una lectura incluida en éste módulo:
 - “¿Qué son las funciones ejecutivas?”
- Léanla antes de la siguiente sesión.
- Conforme leen, anoten cualquier punto que les gustaría que discutiéramos la próxima semana.

Tarea en casa

2. Retos para el cerebro

- Tres retos en su libro de trabajo que requieren atención, creatividad y resolución de problemas además de las otras zonas de conocimiento
- Traten de completarlas antes de la próxima sesión

Módulo 5: Resumen

¿Preguntas?

¿Comentarios?

¿Inquietudes?

¡Nos vemos la próxima semana!