Cuando enfrentamos un problema, lo común es buscar situaciones ideales de solución, sin embargo, colocarnos en el peor escenario puede servir de

disparador para encontrar mejores soluciones.

Según Bachrach (2014), cuando se visualiza y destaca lo peor que puede pasar, en el cerebro se genera una "aversión" a estas posibilidades, las bloquea y se inicia un proceso para alejarse de ellas favoreciendo la aparación de alternativas positivas, es decir, de las mejores oportunidades.

Por ejemplo, José es profesor de tercer grado de primaria, trabaja en una institución educativa ubicada en un barrio expuesto a situaciones de violencia. Se observa algunos niños agresivos, con problemas para establecer relaciones interpersonales, además,



estas se basan en la agresión psicológica y física. Esta situación dificulta el normal desarrollo de las clases, reduce el tiempo de enseñanza por las interrupciones, hecho que perjudica el clima adecuado del aula y genera tensión, lo que en conjunto afecta los resultados de aprendizaje.

Frente a este problema, imaginamos el peor escenario. Veamos un ejemplo:

1. ¿Cómo estaría peor la situación?	2. ¿Qué deberían hacer los estudiantes para complicar más la situación?	3. ¿Qué debería hacer el docente para que no se resuelva el problema?	4. ¿Qué personas de la escuela deberían dejar de intervenir?
 Que se convirtiera en algo usual para el docente y que lo deje pasar como un comportamiento que no está en condiciones de enfrentar. Que todos los estudiantes se hablen y respondan a gritos y con insultos. Que los padres de familia culpen al docente de la situación y lo reporten al director. 	 Agredirse físicamente. Incitar la pelea entre los estudiantes de otros grados. Formar bandos para agredirse. No hacer caso a las órdenes del profesor. 	 Ignorar el problema y dejar que la situación siga tal y como está. Castigar de manera física a los estudiantes reproduciendo los patrones de violencia. Considerar que así son los "chicos" de ahora. No convocar a los padres de familia. No socializar el problema con otros docentes. Ocultar el hecho a los directivos de la escuela. 	 Los docentes. Los directores. Los padres de familia.

Como ven, el escenario imaginario bajo las peores condiciones es complicado y las posibilidades de que la situación se generalice son enormes. Así que hay que intentar soluciones oportunas ¡ya!

Ahora, para poner en práctica esta técnica te invitamos a "construir" tu peor escenario, en base a tu experiencia y práctica docente, contemplando los espacios en blanco. Esto te ayudará a observar el problema como una oportunidad, ya que, como dice Bachrach, visualizar un escenario complicado hace que el cerebro busque soluciones.

Usa la siguiente tabla, no olvides que también puedes formular otras preguntas que ayuden a imaginar el peor escenario.

Problema	
Preguntas	Crea tu peor escenario En base al problema identificado, debes proponer el peor escenario para las diferentes interrogantes.
1. ¿Cómo estaría peor la situación?	
2. ¿Qué deberían hacer los estudiantes para complicar más la situación?	
3. ¿Qué debería hacer el docente para que no se resuelva?	
4. ¿Qué personas de la escuela deberían dejar de intervenir?	

Luego de imaginar el peor escenario, debes buscar una solución a través de una serie de estrategias.