



Problemlösungen finden (7 Schritte-Problemlöse-Bogen)

1. Was ist das Problem? (*Das Problem beim Namen nennen.*)

2. Was möchte ich erreichen? (*Das Ziel definieren.*)

3. Welche Lösungen könnte ich mir vorstellen?

(*Alle Vorschläge erst einmal aufschreiben. Noch keine Bewertung vornehmen!*)

(a.) _____

(b.) _____

(c.) _____

(d.) _____

4. Welche Vor- und welche Nachteile haben die Lösungsvorschläge a. bis d.?

Lösungs- Vorschlag	Vorteile	Nachteile

Hoffnungsvoll leben



5. Was ist momentan die beste Lösung? (*Beste Lösung aufschreiben.*)

6. Was ist wann zu tun? (*Überlegen, wie die Lösung in die Tat umgesetzt werden kann – Wer? Was? Wann? Wie?*)

(1)

(2)

(3)

7. Wie ist es gelaufen? (*Rückschau halten und Bewertung vornehmen.*)
