



Schritte des Problemlösens

Zielgruppe

- 3. Zyklus

Kompetenzen

- SuS lernen, Probleme zu analysieren.
- SuS finden kreative Alternativlösungen für ein Problem.
- SuS wägen mögliche Konsequenzen, die Vor- und Nachteile, die jede mögliche Problemlösung mit sich bringt, ab.

Arbeits- und Sozialformen

- Gruppenarbeit
- Rollenspiel

Zeitfenster

- 1-2 Lektionen

Vorbereitung/Material

- Arbeitsblatt «Problemlösen», evtl. Arbeitsblatt «Fallbeispiele»

Ablauf

Zeit	Inhalt	Material
15'	Das Arbeitsblatt «Problemlösen» wird ausgeteilt und genau besprochen. Siehe «Erläuterungen zum Arbeitsblatt»	Arbeitsblatt «Problemlösen» «Erläuterungen zum Arbeitsblatt Problemlösen»
30'	Die SuS bilden Dreiergruppen. Die einzelnen SuS überlegen sich ein kleines Alltagsproblem. In der Gruppe entscheiden sie sich für ein Problem und lösen es mit Hilfe des Arbeitsblattes «Problemlösen».	«Fallbeispiele»
	Variante: Es werden Gruppen gebildet, die ein Fallbeispiel auswählen und mit Hilfe des Arbeitsblattes «Problemlösen» bearbeiten.	

Hinweise für Lehrpersonen

Das Arbeitsblatt «Problemlösen» beinhaltet die Schritte des Problemlösens nach Meichenbaum. Die SuS sollen erfahren, dass viele Probleme lösbar sind, wenn die Probleme nicht verdrängt, sondern wahrgenommen, genau beschrieben werden und aktiv eine Lösung angestrebt wird. Dies gilt es zu üben.

Damit die SuS einen aktiven Problemlösungsstil erwerben können, ist es notwendig, zusätzlich zu spezifischen Unterrichtseinheiten im Unterrichtsalltag einen aktiven Bewältigungsstil vorzuleben. Hier ist die LP ein bedeutsames Vorbild: Schulische Alltagsprobleme können von ihr offen als Problem angesprochen werden (z. B. Lautstärke in der Klasse) und mit dem vorgeschlagenen Problemlöseschema gemeinsam bearbeitet werden.

Quelle

- Suchtprävention in der Schule, Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. 4. Aufl. 2012. S. 84.
Download (27.12.2021): http://www.praevention.at/fileadmin/user_upload/09_Infobox/Infomaterialien/Unterrichtsmaterial/Lehrerhandbuch_Version2012.pdf

Arbeitsblatt «Problemlösen»

1. Problemanalyse

Beschreibung des Ist-Zustandes: Was belastet mich?

Beschreibung des Soll-Zustandes: Was will ich?

2. Alternativen/Möglichkeiten zur Problemlösung benennen

Was kann ich tun?

3. Zusätzliche Informationen besorgen

Was muss ich noch wissen?

Was könnte mir helfen?

Was tun andere in so einem Fall?

4. Vor- und Nachteile aller Möglichkeiten auflisten

Wie sicher kann ich so mein Ziel erreichen?

Wie viel Mühe macht das?

Welche unerwünschten Folgen sind damit verbunden?

5. Entscheidungen treffen und begründen

Was will ich tun? Warum?

6. Nach der Handlung Erfolg überprüfen

Habe ich mein Ziel erreicht?

Woran hat das gelegen?

Erläuterungen zum Arbeitsblatt Problemlösen

Zum Schritt „**1. Problemanalyse**“: Hier ist es wichtig, das Problem möglichst genau zu beschreiben:

- Beschreibung des Ist- Zustandes: Was ist los? Wie fühle ich mich? Was belastet mich?
- Beschreibung des Soll-Zustandes: Wie will ich mich fühlen? Was will ich?
- Bei der Problemdefinition ist es ganz wichtig, bei den eigenen Handlungsmöglichkeiten anzusetzen: Wie kann ich durch mein eigenes Handeln eine Veränderung bewirken und nicht „die anderen sollen sich verändern“. Also zu fragen: Was kann ich beeinflussen? Was kann ich nicht beeinflussen?

Zum Schritt „**2. Alternativen/Möglichkeiten zur Problemlösung benennen**“: Da es hier darum geht, neue Lösungsansätze zu finden (nicht „mehr desselben“ – wie es so oft geschieht), sollte in Brainstorming-Technik nach folgenden Regeln gearbeitet werden:

- Keine Kritik an anderen Beiträgen, Ideen, Lösungsvorschlägen (kreative Ansätze können sich auch aus zunächst völlig unsinnigen Vorschlägen entwickeln)
- Keine Wertung oder Beurteilung der Ideen
- Jeder soll seine Gedanken frei äußern können
- Keine Totschlagargumente
- Je kühner und phantasievoller, desto besser. Dadurch wird das Lösungsfeld vergrößert

Zum Schritt „**3. Zusätzliche Informationen besorgen**“: In diesem Schritt können noch weitere Quellen zur Anregung hinzugezogen werden, z. B. im Klassenverband besprechen, wie andere SuS ein ähnliches Problem lösen würden.

Zum Schritt „**5. Entscheidungen treffen und begründen**“: Jetzt wird die Alternative mit dem günstigsten Kosten-Nutzen-Verhältnis (die am wenigsten Nachteile und am meisten Vorteile hat) ausgewählt.

Zum Schritt „**6. Nach der Handlung Erfolg überprüfen**“: Diese erfolgt nach der Handlung. Hat sich die gewählte Lösung bewährt, kann sie bei einem ähnlichen Problem wieder angewandt werden. Hat sie sich nicht bewährt, wird der Prozess neu durchlaufen.

Fallbeispiele

1. Markus und zwei seiner Freunde spielen auf dem Schulhof mit einem Tennisball Fußball. Eine Gruppe Mädchen aus einer anderen Klasse nimmt den Ball an sich und rennt damit weg. Sie rufen noch, dass sie den Ball zurückgeben wollen. Die aufsichtführende Lehrperson hat den Zwischenfall nicht gesehen. Was soll Markus tun?
2. Klaus, Gabi, Hans und Brigitte sind eine Clique. Nachmittags treffen sie sich auf dem Marktplatz der Stadt, in der sie wohnen. Weil aber nichts los ist, wissen sie zunächst nicht, was sie unternehmen sollen. Was sollen sie machen?
3. Sabine hat sich in Manfred verliebt. Der scheint sie jedoch gar nicht zu bemerken. Wie soll sich Sabine verhalten?

Suchtprävention in der Schule, Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur. 4. Aufl. 2012.