

(1) Was ist meine Aufgabe?

- ▶ Ich versuche, mein Problem möglichst genau zu beschreiben!

- ▶ Was sind die Gründe und Ursachen für das Problem?

- ▶ Was möchte ich erreichen?

(2) Wie kann ich vorgehen?

- ▶ Fallen mir ähnliche Probleme ein, die ich oder jemand, den ich kenne, schon einmal gelöst haben?

- ▶ Ich schreibe mir **alle** Lösungsmöglichkeiten auf, die mir einfallen, ohne sie zu vorher schon zu bewerten!

- ▶ Ich beurteile die Lösungsvorschläge hinsichtlich ihrer Vor- und Nachteile und suche mir den besten Lösungsweg heraus!

- ▶ Als nächstes überlege ich mir, wie ich den Lösungsweg durchführen kann!

(3) Mache ich alles richtig?

- Hab ich das erreicht, was ich erreichen wollte?

.....

.....

- Wie gut konnte ich den Lösungsweg umsetzen?

.....

.....

- Was kann ich das nächste Mal evtl. noch besser machen?

.....

.....

(4) Wie habe ich es hinbekommen?

- Ich schaue genau, was mir gut gelungen ist, und freue mich, weil ich jetzt weiß, dass ich es das nächste Mal auch schaffen werde!

.....

.....

