

Problem-orientiertes Arbeiten in der Stotterer-Selbsthilfegruppe

1. Blitzlicht mit "Problem-Suche"

- a) Wie fühle ich mich im Moment?
- b) Was ist mir heute Abend wichtig?
- c) Was hat mich seit dem letzten Gruppenabend besonders bewegt?
- d) Eine Sache, die mir gelungen ist.
- e) Eine Sache, die mir (noch) nicht gelungen ist.

2. Welches Problem wird heute behandelt?

Die Gruppe entscheidet gemeinsam, welches Problem behandelt werden soll. Dabei kann es um eine Situation gehen, die einem SHG-Mitglied in den letzten Wochen misslungen ist. Es kann aber auch eine schwierige Situation sein, die jdm. bevorsteht.

3. Was ist das Problem?

Person "X" stellt das Problem vor. Die SHG-Mitglieder können Verständnisfragen stellen, damit deutlicher wird, was das Problem ist.

4. Rollenspiel möglich?

Handelt es sich bei dem Problem um eine Situation, die Person "X" in einem Rollenspiel darstellen kann und möchte? Falls ja, wird gemeinsam die spielbare Situation erarbeitet.

5. Evt. Darstellung der (noch) nicht gelungenen Situation im Rollenspiel

Person "X" spielt die misslungene Situation möglichst realitätsnah nach. (Handelt es sich um eine noch nicht erlebte Situation, stellt Person "X" vor, wie sie die Situation bewältigen möchte.)

6. Welche Ursachen hat das Problem?

Person "X" sagt, was sie für die Ursachen des Problems hält. Die SHG-Mitglieder hinterfragen. Erkennen sie andere Ursachen?

7. Was ist das Ziel?

Welches Ziel hat Person "X"? Die SHG-Mitglieder hinterfragen. Ist das Ziel sinnvoll und realisierbar?

8. Welche Lösungsmöglichkeiten gibt es?

Wie möchte Person "X" das Ziel erreichen? Die Gruppe hinterfragt. Welche Lösungsmöglichkeiten sehen die SHG-Mitglieder? Falls möglich, stellen sie in einem kurzen Rollenspiel vor, wie sie sich in der Situation verhalten würden. Es folgt ein Blitzlicht: „Was raten bzw. wünschen die SHG-Mitglieder Person "X"?"

9. Die Entscheidung - Rollenspiel mit neuem Verhalten möglich?

Person "X" entscheidet sich für eine Lösungsmöglichkeit. Falls möglich, präsentiert sie diese in einem neuen Rollenspiel. Die SHG-Mitglieder geben eine Rückmeldung: Was ist gut gelungen? Gibt es noch Verbesserungsvorschläge? Falls ja, kann Person "X" entscheiden, ob sie das Rollenspiel (mit Verbesserungen) wiederholen möchte.

10. Schlussblitzlicht - Ziele setzen?!

- a) Wie geht es Person "X" jetzt? Was hat ihr der Gruppenabend gebracht?
Was möchte "X" bis zum nächsten Gruppenabend erreichen?
- b) Was möchten die anderen SHG-Mitglieder noch kurz sagen?
Wer möchte sich ein Ziel setzen bis zum nächsten Treffen?
- c) Der Moderator des Abends notiert die angestrebten Ziele.
Beim folgenden Gruppenabend wird nachgefragt, inwieweit sie erreicht wurden.
Falls sie (noch) nicht erreicht wurden, wird über die weiteren Möglichkeiten geredet.

Berthold Wauligmann