

## Entscheidung = Ent-scheidung

Ins Ausland abdampfen, den Master an einer anderen Uni machen, den Job wechseln, sich von der Freundin trennen? Die deutsche Silbe „ent“ steht immer für etwas, was durchgeschnitten wird: Die Symbiose von Mutter und Kind bei der Ent-binding. Oder das Scheiden – der Abschied – von einer anderen Option, wenn wir eine Entscheidung treffen. Scheiden tut weh. Deshalb tun wir uns so schwer damit, eine Wahl zu treffen. Der heutige Überschuss an Optionen führt jungen Menschen nicht nur das vor Augen, was sie machen können, sondern auch all das, was sie verpassen. Wer sich dieser Kröte bewusst wird und sie schluckt, wird Entscheidungen zukünftig leichter nehmen und mit der Wahl auch zufriedener sein.

Psychologen sprechen auch von einer „Tyranei der Wahl“, die am Ende auch unsere Zufriedenheit beeinflusst. Berühmt wurde der Pralinen-Versuch: Wer sich unter drei Pralinen entscheiden kann, dem schmeckt die Auserwählte besser, als wenn die Anzahl der dargebotenen Schmankerl wesentlich größer ist. Ein Versuch, der auch beim Thema Partnersuche gerne erwähnt wird. Denn mit dem nächsten Wisch oder Klick könnte im Online-Dating-Zeitalter ja die wahre Herzensdame oder der noch bessere Lover buchstäblich auf der Bild(schirm)fläche erscheinen. Das Wissen darum macht uns mit dem, was uns die Pralinen-schachtel des Lebens tatsächlich hingeworfen hat, unzufriedener. Der Urlaub auf Ibiza wird

überschattet von der Idee, dass es auf Kreta, Teneriffa oder Madeira noch viel schöner hätte sein können.

*„Grundsätzlich gilt: Je mehr Klarheit ich darüber habe, was mir wichtig ist, was zu mir und meinen Wertvorstellungen passt, desto einfacher fällt mir die Entscheidung. Klarheit erlangen wir, indem wir uns mit unseren Sehnsüchten, Wünschen und Zielen auseinander setzen.“*

*Christine Schaack,  
Coach und Experte für Entscheidungsfindung*



## Das Gegengewicht der anderen Chancen wirft einen trüben Schleier über die Wahl

Übertragbar ist das sicher auf die zahlreichen Entscheidungen, die junge Menschen rund um Ausbildung, Studium und Karriere treffen können. Die Welt der Studienfächer ist in unzählige Trend-Studiengänge und Spezialrichtungen zerfallen, die an sich stetig vermehrenden Hochschulen in aller Welt studiert werden können. So kann eine Entscheidung im tonnenschweren Gegengewicht der vielen anderen Chancen einen trüben Schleier be-

*„Je mehr Möglichkeiten wir erkennen, je komplexer die in Frage kommenden Alternativen, desto schwieriger wird es für uns, eine Entscheidung zu treffen. Diese Flut an Angeboten überfordert uns und unser Gehirn. Nur wenn es uns gelingt, die zahlreichen Möglichkeiten und Informationen zu verdichten und auf diejenigen Alternativen zu reduzieren, die für unser Entscheidungsthema relevant sind, können wir zu einer zufriedenen, stimmigen Entscheidung gelangen. Sehr gut geeignet dafür ist ein systematischer Entscheidungsfindungsprozess.“*

*Christine Schaack,  
Coach und Experte für Entscheidungsfindung*

kommen, der eine gänzliche Einlassung auf die getroffene Wahl verhindert. Und da wir obendrein auch noch den Anspruch haben, mit einer Entscheidung das Maximum an Glück und Selbstverwirklichung zu erreichen, verwundert es kaum, wenn der gestresste Vertreter der Generation Y kapituliert und gar nicht mehr weiß, wo hinten und vorne ist. Dem Verkäufer bei Subway (welches Brot, mit oder ohne Zwiebeln, welcher Belag, welche Sauce, ge-toastet?) möchte man ja auch manchmal entgegen rufen: Jetzt gib mir halt endlich ein beklopptes Sandwich! So überaus individuell muss mein Mittagessen jetzt auch wieder nicht sein.

## Erwartungen drosseln, Verpasstem nicht hinterhertrauern

Vielleicht muss man wie an der Subway-Theke an den Punkt kommen, zu sagen: „Ich habe die Nase voll“. Ich gehe ein Risiko ein. Ich mache einen gesunden Punkt und lasse den Glamour der anderen Optionen zu Gunsten des Hier und Jetzt zunächst bei Seite. Ich vertraue auch dem zufälligen oder schicksalhaften Aspekt, der jeder Entscheidung innewohnt.

*„In Einklang bringen können wir Kopf und Bauch, indem wir im Entscheidungsfindungsprozess unseren Verstand und unsere Vernunft gezielt einsetzen und die getroffene Wahl mit Hilfe des Bauches überprüfen bzw. absichern.“*

*Christine Schaack,  
Coach und Experte für Entscheidungsfindung*

Und wenn es sich überhaupt nicht gut anfühlt? Dann ist Reklamation erlaubt, dann darf ein Projekt oder Studiengang auch abgebrochen oder ein Job wieder gekündigt werden. So viel Spielraum sollte man sich zugestehen. Fast keine Entscheidung ist unumkehrbar. Auch dieses Bewusstsein löst die Sorge vor einem „just do it“.

Wir können niemandem eine Entscheidung abnehmen, aber dabei helfen: Das eBook zum Thema **„Studienentscheidung mit Kopf und Bauch“** erhalten Sie per E-Mail an [ebook@deutsche-bildung.de](mailto:ebook@deutsche-bildung.de). Herausgeber ist unser Partner Deutsche Bildung, der Studenten aller Fachrichtungen mit einer flexiblen Studienfinanzierung fördert – auch im Ausland.



Die Deutsche Bildung bietet Studenten den etwas anderen Studienkredit: eine maßgeschneiderte Studienfinanzierung kombiniert das Unternehmen mit WissenPlus – einem starken Förderprogramm für die Zukunft.

Weitere Infos gibt es unter: [www.deutsche-bildung.de](http://www.deutsche-bildung.de)



Foto: © alphaspriint – Fotolia.com