

Entscheidungen im Job: So treffen Sie kluge Wahl!

Erfahren Sie, wie Entscheidungen im Job leichter fallen können – Einblicke von Experten zur Optimierung Ihrer Entscheidungsfindung.



Im heutigen Job-Alltag sehen sich viele Menschen mit einer Vielzahl von Entscheidungen konfrontiert, die von banal bis gravierend reichen. Diese Entscheidungen sind oft schwierig und werden häufig hinausgezögert. Eva Lerner, Professorin für Organisationspsychologie, stellt fest, dass das menschliche Gehirn evolutionär auf einfachere Situationen ausgelegt ist, während die heutige Welt eine wesentlich komplexere Entscheidungsfindung erfordert. In diesem Kontext sind Entscheidungen häufig mit Unsicherheiten und potenziellen Verlusten verbunden, was für viele Überforderung bedeutet.

Saskia Bülow, Jobcoach, hat beobachtet, dass viele Klienten Unterstützung benötigen, um Entscheidungen zu treffen. Sie

betont, dass Entscheidungskompetenzen oft nicht ausreichend vermittelt werden, jedoch erlernt werden können. Bülow empfiehlt, das Problem zunächst zu definieren, Informationen zu sammeln, Experten zu befragen und verschiedene Optionen durchzuspielen. Bei persönlichen Entscheidungen sollte zudem ein Abgleich mit den eigenen Werten stattfinden.

Unternehmensbezogene Entscheidungen hingegen erfordern eine genaue Prüfung aktueller Prioritäten, wie beispielsweise Arbeitsplatzsicherung oder Einsparungen.

Strategien zur Entscheidungsfindung

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Rolle der Intuition. Bülow rät dazu, Intuition in Kombination mit Fakten zu nutzen, warnt aber davor, allein auf das Bauchgefühl zu hören. Ein ausgewogenes Maß an Risikobereitschaft ist entscheidend; sowohl zu wenig als auch zu viel Risikobereitschaft kann hinderlich sein. Die Kombination aus rationalen und intuitiven Ansätzen wird als erfolgversprechend angesehen. Methoden wie die Szenariotechnik können dabei helfen, Risiken besser einzuschätzen und zu bewerten.

Darüber hinaus könnten Emotionen und automatisierte Routinen Urteile verzerren. Regelmäßige Reflexion kann dazu beitragen, Risiken realistischer einzuschätzen und impulsive Entscheidungen zu vermeiden. Lerner weist darauf hin, dass Unsicherheit auch eine positive Seite hat, da sie Freiheit und Verantwortung verdeutlicht. Zeitdruck wiederum kann zu übereilten Entscheidungen führen; gezielte Fragen können helfen, den Fokus zu schärfen und eine durchdachte Entscheidungsfindung zu fördern.

Weitere Informationen zu diesem Thema finden Sie bei **Radio Euskirchen**.

Quellen	• www.radioeuskirchen.de • link.springer.com
----------------	---

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de