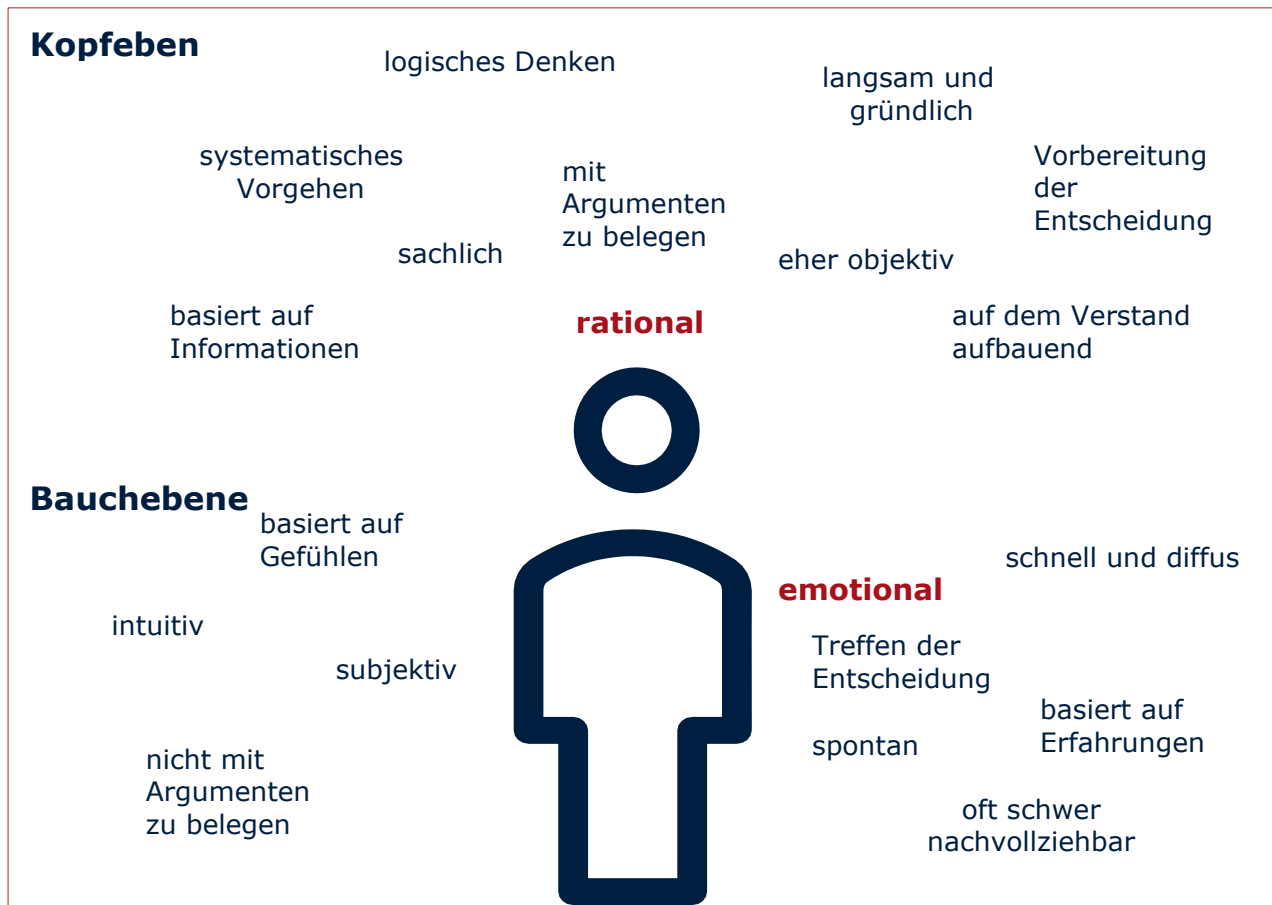


Wenn wir Entscheidungen treffen, sind immer zwei Ebenen beteiligt: die **Kopfebene** und die **Bauchebene**. Je nachdem, welche Entscheidung ansteht und welcher Entscheidungstyp Sie sind, wird dabei mal die eine und mal die andere Ebene stärker beteiligt. Wichtig ist, dass Sie die beiden Ebenen kennen und Sie sich bewusstmachen, dass bei klugen Entscheidungen immer beide Ebenen berücksichtigt werden sollten.

Kopf- und Bauchebene



Bei komplexen Entscheidungen ist es ratsam, die Entscheidung auf der rationalen Ebene durch eine gute Informationsbasis sachlich und systematisch vorzubereiten. Dabei helfen Ihnen zum Beispiel die Infoblätter Informationsquellen und Informationsstrategien.

Die Entscheidung selber wird aber schwerpunktmäßig auf der emotionalen Ebene getroffen. Forscher gehen davon aus, dass etwa 80 bis 90% unserer Entscheidungen auf Vorgänge in unserem Unterbewusstsein zurückzuführen sind und von Gefühlen gesteuert werden. Die Bauchebene prüft und bewertet bei Ihren Entscheidungen permanent, wie Sie in ähnlichen Situationen entschieden haben und welche Folgen das hatte. Diese Erfahrungen teilt sie Ihnen dann in Ihren Gefühlen mit. Sogar das Entscheidungswissen Ihrer Vorfahren ist noch in Ihrem Unterbewusstsein verankert und bietet Ihnen einen riesigen Erfahrungsschatz, von dem Sie profitieren können. Dieses emotionale Gedächtnis können Sie für sich nutzen, indem Sie z.B. bei der Studienwahlentscheidung mal eine Vorlesung besuchen und bewusst darauf achten, was Ihr Bauch dazu sagt. Weitere Tipps finden Sie auch auf dem Infoblatt Entscheidungshilfen.