



## **Persönliche Entscheidungskompetenz als Future Skill: Bewusst wählen, sicher handeln**

### **Zielgruppen:**

- PostDocs
- Promovierende
- Studierende
- Mitarbeitende aus wissenschaftsunterstützenden Bereichen
- wissenschaftliche Mitarbeitende

### **Sprachen:**

- Deutsch
- Englisch

### **Mögliche Formate:**

- Ein- oder mehrtägiges Angebot mit Einzelcoaching
- Ein- oder mehrtägiges Angebot
- Individuelles Arbeitsformat mit Coaching

### **Darum geht es:**

Entscheidungskompetenz zählt zu den Future Skills: die Fähigkeit, Entscheidungsnotwendigkeit wahrzunehmen, Optionen gegeneinander abzuwägen und eine Entscheidung nicht nur zu treffen, sondern auch zu verantworten, ist nicht nur in Beruf und Studium relevant, sondern auch in anderen Lebensbereichen. Unser Denk- und Wertesystem beeinflussen, wie wir Entscheidungen treffen - Denkmuster können aber verändert werden.

Wir treffen täglich rund 20.000 Entscheidungen - die meisten davon unbewusst, manche jedoch schwerwiegend.

Kleine Entscheidungen fallen oft leicht - bei größeren Entscheidungen (Berufsziele, berufliche Veränderungen, Wechsel oder Abbruch des Studiums u.ä.) können Zweifel aufkommen, ob diese Entscheidung denn auch die richtige ist.

Entscheidungen sind quasi Wetten auf die Zukunft:

Da wir selten alle Informationen besitzen, ist jede Wahl eine Prognose mit einer bestimmten Wahrscheinlichkeit. Eine gute Entscheidung kann wegen verschiedenen Faktoren, die vorab nicht berücksichtigt werden können ein schlechtes Resultat haben – und umgekehrt. Wichtig ist dabei ist, aus rückblickend als falsch eingeschätzten Entscheidungen zu lernen und Entscheidungen als Chance zu begreifen.

Themen sind unter anderem:

- Was macht eine Entscheidung für mich richtig?
- Persönliche Werte und Ziele als Kompass nutzen
- Einflussfaktoren wichtiger persönlicher Entscheidungen
- Individuelle Wege und Strategien zum Entscheiden entwickeln
- Blockaden lösen
- Optionen bewerten
- Vorhaben umsetzen

Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren persönlichen Herausforderungen in Bezug auf das Thema auseinander und entwickeln für sich umsetzbare Handlungsoptionen.

### **Weitere Informationen:**

Das Thema sollte mit einer homogenen Zielgruppe gebucht werden, da die Entscheidungskontexte von Promovierenden sich von denen von Studierenden oder Mitarbeitenden (egal ob wissenschaftliche Mitarbeitende oder Verwaltung und Technik) unterscheiden.