



Methode des Monats - Dezember 2010

Entscheidungen treffen mit 5⁵:

Entscheidungen zu treffen, die darüber hinausgehen, was wir zum Mittag essen sollen oder ob wir nun das blaue oder weiße Hemd anziehen, fällt uns immer wieder schwer. Einerseits spüren wir ein gewisses Bauchgefühl und andererseits versuchen wir logisch über die Konsequenzen unserer Entscheidung nachzudenken. Manchmal scheint beides nicht zusammen zu passen. In der Kurzfristigkeit überzeugt unser Bauchgefühl und langfristig eher unserer Verstand. Dabei ist es enorm wichtig, sich zu vergegenwärtigen, wie es „mir mit meiner Entscheidung geht“, wenn ich diese getroffen habe.

Aus unserer Erfahrung ist dabei die **Methode 5⁵** sehr hilfreich. Sie dient dazu, mir selbst Klarheit zu verschaffen, wie ich mich mit einer möglichen Entscheidung in verschiedenen Zeitabschnitten fühle. So verschaffe ich mir selbst Sicherheit, was die Grundlage meiner Entscheidung anbelangt.

5⁵ steht dabei für jeweils einen Zeitabschnitt. Ich überlege mir die unterschiedlichen Entscheidungsoptionen und frage mich für jede der Möglichkeiten, „wie es mir mit meiner getroffenen Entscheidung in **5 Stunden, 5 Tagen, 5 Wochen, 5 Monaten und 5 Jahren** geht“

Probieren Sie es aus:

Meine Frage in der ich entscheiden muss:



Welche Optionen habe ich:





Wie „geht es mir mit meiner Entscheidung“ in:

5 Stunden



5 Tagen



5 Wochen



5 Monaten



5 Jahren

