



DIE SACHE MIT DEN ENTSCHEIDUNGEN

– BESSER NICHT ZWISCHEN DEN STÜHLEN SITZEN

Heutzutage hängt oftmals Unentschlossenheit in der Luft. Gerade dann, wenn wichtige Entscheidungen anstehen. Doch wie kann man sich richtig entscheiden? Kann es besser sein, in Unentschiedenheit zu verharren? Erfahre hier, weshalb Entscheidungsangst meist unbegründet ist und dass der Platz zwischen den Stühlen ganz schön unbequem sein kann.

In der heutigen Welt ist fast alles möglich. Deshalb müssen wir ständig Entscheidungen treffen. Das geht im Kleinen los: Schoko oder Vanille, Kino oder Theater, für hier oder zum Mitnehmen, und ganz wichtig – Like oder Dislike, mit Kohlensäure oder nicht, voller Genuss oder fettreduziert. Mit oder ohne Koffein, Bio, Gluten, Fleisch, Treuekarte oder Flugmeilen. Auch das Einkaufen will gut überlegt sein. Aus dem gut sortierten Supermarktregal blicken

uns an die vierzig Joghurtsorten an. Manch eine_r wollte doch bloß „Himbeere“. Nun mag der Griff zu einer falschen Joghurtsorte nicht lebensentscheidend sein. Und wenn man im Restaurant mal danebengegriffen hat, ist das nicht so wild. Schlimmstenfalls schielt man neidisch auf den Teller des Nachbarn oder liegt nachts mit Magenkrämpfen im Bett. Aber was, wenn größere Entscheidungen anstehen? Was, wenn's nicht ums Essen, sondern um richtig große Sachen geht: Um den Partner fürs Leben, einen neuen Freundeskreis, die passende Ausbildung, den Beruf, den Wohnort oder um größere Anschaffungen? Da kann man seine Wahl ja nicht so leichtfertig fällen, oder?

Ständig stehen wir wie in einem Labyrinth an Weggabelungen und müssen entscheiden, wo wir langgehen. Wenn wir nicht

entscheiden, bleiben wir stehen. Oder wir werden von anderen abgehängt, weitergeschoben – in einen Gang, den wir gar nicht betreten wollten. Das macht uns unbeweglich. Entschieden worden zu sein, fühlt sich eng an. Dann der Entscheidungssituation lieber ins Auge sehen. Auch wenn einer_m dabei etwas mulmig zumute ist. Angst ist angesichts möglicher Fehlentscheidungen nachvollziehbar. Doch die eine richtige Entscheidung gibt es gar nicht. Jede Entscheidung, die wir treffen, hat ihre Vor- und Nachteile. Es kommt nur darauf an, mit welchem Stärken-Schwächen-Mix wir am besten umgehen können. Bei welcher Alternative schlägt unser Herz schneller?

Entscheiden heißt, sich umzuschauen, Möglichkeiten gegenüberzustellen, gut informiert zu sein, sich ernsthaft und möglichst objektiv mit potenziellen Alternativen

tiven auseinanderzusetzen. Dabei merkt man schnell, welche gleich ausscheiden und welche zunächst verlockend klingen. Dann sollte eine Gewichtung ins Spiel kommen: Manche Dinge sind uns wichtiger als andere. Bei manchen will das Herz und nicht nur der Kopf mitbestimmen.

Eine gute Strategie kann darin bestehen, sich zu fragen: Wie ginge es mir heute, wenn ich mich gestern gegen etwas entschieden hätte? Gäbe es einen Nutzenentgang? Wäre der Schmerz angesichts des Verlustes groß? Wie würde es mir hingegen gehen, wenn ich Ja dazu gesagt hätte? Könnte ich voll und ganz zu meiner Wahl stehen? Oder wäre es mir weh ums Herz angesichts anderer, dann an mir vorbeigezogener Chancen? Jetzt sind wir an einem wichtigen Punkt angelangt: Nicht die Chance ist an uns vorbeigezogen. Wir

haben sie bewusst weiterziehen lassen. Wir haben sie abgewählt, also musste sie abziehen. Einmal „Ja“ zu sagen bedeutet gleichzeitig nämlich auch, zu anderen Möglichkeiten „Nein“ zu sagen. Das mag heutzutage angesichts 1000+1 Alternativen schwierig anmuten. Helfen können uns ein klarer Klopff, ein klares Herz. Wir sind auch nicht allein damit. Wir dürfen uns an Jesus wenden, ihn einbeziehen, für die richtige Entscheidung beten. So kann sich manches Chaos in Kopf oder Herz auflösen, so dass wir aus Ruhe und Gewissheit heraus entscheiden können.

Entscheidung hin, Entscheidung her. Ist es eigentlich so wichtig, ob wir schlussendlich Himbeere, Waldmeister oder Cola wählen? Geht's nicht darum, mit einer Himbeere richtig happy zu sein, wenn man zu dieser beherzt „Ja“ gesagt hat? Diese Verbindlich-

keit fehlt meiner Ansicht nach manchmal. Deshalb verharren Menschen zeitweise zwischen den Stühlen, wo es schnell ungemütlich werden kann. Entscheiden wir uns nicht, werden wir entschieden, oder die Umstände ändern sich und damit ändert sich unsere Position. Es ist ungünstig, wenn andere unser Lebensruder übernehmen und wir passiv im Boot sitzen. Lieber reißen wir das Steuer an uns, holen Jesus ins Boot, wägen ab, beten. Und nach einem „JA“ gilt: Sich gut fühlen und die Entscheidung akzeptieren. Fröhlich eine Brause schlürfen und daran denken, dass man Waldmeister und Cola bewusst abgeschworen hat. Zugunsten der alles entscheidenden Himbeere, die sinnbildlich für so vieles in unserem Leben stehen kann.