



Klamotten shoppen, Lebensmittel einkaufen – was auch immer. Wir stehen vor einem Überangebot der Entscheidungsmöglichkeiten. Überall. Auch im Job. Man hat immer eine Wahl.

Warum fallen uns aber Entscheidungen oft so schwer?

DER „PARADOX-of-CHOICE“-Effekt

Dieser Effekt besagt nach Barry Schwartz, dass eine größere Auswahl an Optionen zwar zunächst attraktiv erscheint, jedoch zur Entscheidungsparalyse und Unzufriedenheit führen kann.

Ursächlich wurde dieser Effekt im Zusammenhang mit dem immer vielfältigeren Warenangebot beobachtet.

Kennen wir das nicht alle? Wir stehen im Supermarkt vor etlichen Kühlregalen mit Joghurts in sämtlichen Geschmackrichtungen, unterschiedlichen Fettgehalten, Packungsgrößen, Cremigkeit.

- ◆ Schritt 1: Wow, was es hier alles gibt!
- ◆ Schritt 2: Ja – was nehme ich denn dann?

Das Angebot ist so groß, dass uns eine Entscheidung schwerfällt. Wir geben auf. Und es folgt:



- ◆ Schritt 3: Statt viel zu kaufen, kaufen wir **nichts**.
- ◆ Schritt 4: Wir sind unzufrieden. Der Kühlschrank bleibt leer.

Das betrifft unser Warenangebot. Wenn nicht im Laden, dann mittlerweile beim Online-Shopping.

Gilt das auch für unseren Job – zumindest, wenn wir so genannte „Schreibtischtäter“ sind? Ich sage: eindeutig JA.

Machen Sie es sich bewusst, um nicht länger darauf hereinzufallen!

DER „PARADOX-of-CHOICE“-Effekt am Schreibtisch

Die Aufgaben flattern wie ein Schwarm räuberischer Möwen an einer Imbissbude am Strand jeden Tag auf's Neue ein.



E-Mail, Telefon, Smartphone, Collaboration Tools, Meeting-Anfragen, Chats und im Zweifel stehen die Kollegen plötzlich persönlich im Büro (diese Möglichkeit scheidet bei Remote-Arbeit aus, erhöht aber die Schlagzahl für die anderen Kontaktmöglichkeiten).

Welche dieser Anfragen bearbeiten wir zuerst? Macht es Sinn, auf alle Reize, Informationen und Anfragen zu reagieren? Häufig glauben wir, dass das unsere Pflicht ist. Und kommen am Ende zu gar nichts. Weniger ist mehr.

Wir haben also auch ein Aufgaben-Überangebot und können uns nicht entscheiden, was wir in der Geschwindigkeit der vielfältig einflatternden neuen Aufgaben zuerst anpacken.

Aber der Entscheidungs-Leidensweg geht weiter.

Hypothetisch: wir haben uns also für eine Aufgabe entschieden und starten.

Schon wieder muss ich mich entscheiden: wie gehe ich vor? Wieder bieten sich mir mehrere Optionen.

Wieder stehe ich vor einer Vielzahl von Entscheidungsmöglichkeiten.

ENTSCHEIDUNGEN SIND UNVERMEIDLICH – WENIGER IST MEHR

Wenn ich mich für eine Aufgabenerledigung entschieden habe, muss ich mir bewusst machen, dass ich in dieser Aufgabe nur vorankommen werde, wenn ich mich darauf konzentriere.

Nein, natürlich können Sie nicht einfach komplett abtauchen und für niemanden mehr ansprechbar sein... aber...



- ◆ Schalten Sie zwischenzeitlich Collaboration-Tools ab.
- ◆ Setzen Sie für alle sichtbar „Blocker“ in Ihren Terminkalender – nicht verfügbar.
- ◆ Konzentrieren Sie sich auf die Bearbeitung einer Aufgabe, die an sich schon wieder genug Entscheidungen von Ihnen verlangt.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der „Paradox of Choice“-Effekt auch im beruflichen Alltag zu Entscheidungsüberlastung, Unzufriedenheit, verringertem Fokus und möglicherweise zum Burnout führen kann.

Durch bewusste Einschränkungen und die Einführung klarer Prozesse kann dieser Effekt jedoch gemindert werden.

WAS PASSIERT, WENN NICHT...



Entscheidungsüberlastung

Die oben geschilderte Herausforderung, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Unzufriedenheit mit der getroffenen Entscheidung

Das ist das Paradoxon. Selbst wenn eine Entscheidung getroffen wurde, kann die Vielzahl der Alternativen dazu führen, dass wir uns fragen, ob eine andere Wahl besser gewesen wäre.

Verringerte Effizienz und verringerter Fokus

Eine Vielzahl an Optionen kann auch die Aufmerksamkeit des Angestellten zerstreuen. Wenn es beispielsweise viele verschiedene Prozesse, Tools oder Methoden gibt, aus denen der Angestellte wählen kann, kann dies dazu führen, dass er Zeit damit verbringt, die besten Alternativen abzuwägen, anstatt sich auf die Ausführung der Aufgaben zu konzentrieren. Dies verringert die Effizienz und kann zu einem Mangel an Fokus führen.

Entscheidungserschöpfung

Ein ständiger Druck, aus vielen Optionen wählen zu müssen, kann zu einer sogenannten "Entscheidungserschöpfung" führen. Dies bedeutet, dass die Fähigkeit, klare und durchdachte Entscheidungen zu treffen, im Laufe des Tages abnimmt.

GEGENMASSNAHMEN

- ◆ Eingrenzung der Optionen

Klare Vorgaben und eingeschränkte Wahlmöglichkeiten können dazu beitragen, die Entscheidungsfindung zu erleichtern.



◆ Standardisierte Prozesse

Die Einführung standardisierter Prozesse und Best Practices kann die Entscheidungsvielfalt reduzieren und die Effizienz steigern.

◆ Schulung und Unterstützung

Regelmäßige Schulungen und Unterstützung durch Vorgesetzte können helfen, Unsicherheiten zu verringern und das Vertrauen in die eigene Entscheidungsfähigkeit zu stärken.

In diesem Sinne:

Herzlichst, Ute Raböse.

Shift-To-Chances

Organisationsentwicklung * Projektmanagement * Konfliktmanagement *
Persönlichkeitsentwicklung

#paradoxofchoice #barryschwartz #überangebot #entscheidungsproblem
#entscheidungsüberlastung #entscheidungsfindung #shopping #warenangebot
#überangebot #collaborationtools #multitasking #reduzierung