



**UNIVERSITÄT
HEIDELBERG**
ZUKUNFT
SEIT 1386

ENTSCHEIDUNGSTOOLS

HILFEN ZUR STUDIENWAHL

SIE HABEN SCHWIERIGKEITEN, SICH FÜR EINEN STUDIENGANG ZU ENTSCHEIDEN?

Die Entscheidung für ein Studium ist oft nicht leicht. Im Folgenden finden Sie verschiedene Methoden, die Ihnen eine andere Perspektive auf Ihre Studienoptionen geben können.

DAS „SO-TUN-ALS-OB“-EXPERIMENT

Probieren Sie verschiedene Entscheidungsoptionen aus - ganz ohne Risiko. Tun Sie eine Woche (oder einen Tag, je nachdem wie viel Zeit Sie zur Verfügung haben) so als hätten Sie sich schon für Option A entschieden. Erzählen Sie Ihrem Umfeld von Ihrer Entscheidung. Tun Sie auch vor sich selbst so „als-ob“ und recherchieren Sie z.B. genauer, was im Falle dieser Entscheidung, an Erlebnissen/Aufgaben auf Sie zu kommt. In der nächsten Woche probieren Sie das Gleiche mit Option B und dann mit Option C. Vielleicht ist eine ihrer Optionen eine ganz verrückte oder mutige Entscheidungsoption. Zum Abschluss Ihres Experiments werten Sie aus: Wie fühlen sich die unterschiedlichen Entscheidungsoptionen an? Passend, erleichternd, gut oder eher unangenehm, unpassend, schlecht? Gibt eine Option Ihnen ein besseres Gefühl oder sind alle ähnlich?

DER STUDY-PITCH

Stellen Sie einer vertrauten Person Ihre Studienoptionen kurz vor. Konzentrieren Sie sich auf die für Sie wichtigsten Punkte, die für das Studium der jeweiligen Option sprechen. Präsentieren Sie maximal drei Optionen. Wichtig: Die Person Ihres Vertrauens sollte den Studiengängen gegenüber unvoreingenommen sein. Reflektieren Sie im Anschluss an Ihren Study Pitch: Welche Option hat sich am besten angefühlt, welche nicht? Welche Vorstellung fiel Ihnen am leichtesten? Bei welchem Teil vom Pitch hatten Sie das beste Bauchgefühl? Wo nicht? Fragen Sie Ihre Vertrauensperson nach Feedback.

DAS STUDY-PAINTING

Studienentscheidungen laufen häufig nur im Kopf ab. Probieren Sie einmal eine neue Perspektive, indem Sie sich ihre Gefühle bezüglich der Studiengänge bewusst machen. Malen Sie jeweils ein Stimmungsbild zu Ihren Studienoptionen. Das Bild muss nichts Konkretes darstellen und optisch auch nicht ansprechend sein; lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Reflektieren Sie schon während und auch nach dem Malen: Welche Emotionen nehmen Sie wahr? Wie fühlt es sich an? Was geht Ihnen durch den Kopf? Alternative: Falls Sie einen besseren Zugang zur Musik haben, komponieren Sie Melodien/Musikstücke für jede Ihrer Optionen.





**UNIVERSITÄT
HEIDELBERG**
ZUKUNFT
SEIT 1386

ENTSCHEIDUNGSTOOLS

HILFEN ZUR STUDIENWAHL

DIE WÜRFELENTSCHIEDUNG

Sie wünschen sich, dass Ihnen jemand die Entscheidung abnimmt? Dann nutzen Sie einen Würfel - verschiedene Zahlen stehen für verschiedene Optionen - und reflektieren Sie Ihre Reaktionen! Sind Sie zufrieden mit dem Ergebnis oder bereitet es Ihnen Kopfschmerzen?

DIE ENTSCHEIDUNGSMATRIX

Mithilfe der Entscheidungsmatrix können Sie verschiedene Studiengänge nach von Ihnen gewählten Kriterien und Gewichtung vergleichen. Dabei legen Sie individuell fest, was Ihnen wichtig ist, z.B. Standort der Uni, Freunde in der Umgebung. Eine Vorlage zum Ausfüllen finden Sie über den QR-Code unten rechts.

DAS ENTSCHEIDUNGSNAVI

Das Entscheidungsnavi ist ein Online-Tool, welches wesentliche Erkenntnisse aus der Entscheidungsforschung berücksichtigt und helfen kann, in fünf Schritten eine reflektierte Entscheidung zu treffen. Probieren Sie es einfach mal aus! Das Entscheidungsnavi finden Sie unter: entscheidungsnavi.de

UND JETZT SIE!

Welche dieser Methoden hat Ihnen am meisten zugesagt? Welche möchten Sie gerne ausprobieren? Legen Sie direkt los und kommen Sie Ihrer Studienwahl ein Stück näher.

