

# "unter Druck" Entscheiden lernen



**11. Symposium Retten und Lernen 22. und 23. November 2024**

**SIRMED**  
Schweizer Institut für Rettungsmedizin

 **Stadt Zürich**  
Schutz & Rettung  
Höhere Fachschule für Rettungsberufe

1

## Inhalt / Ziele

- Einige Impulse und Gedanken zum Thema Entscheidungsfindung senden
- Reflektieren mit verschiedenen Entscheidungsthemen

2

# Entscheiden

3

## Bedeutung

### Was bedeutet „Entscheiden“?

die Möglichkeit und die Notwendigkeit, eine Auswahl zwischen (zwei oder mehreren) unterschiedlichen **nicht gleichzeitig** zu verwirklichenden Alternativen zu treffen.

Psycholog:innen gehen davon aus, dass wir **jeden Tag** etwa **20'000 Entscheidungen** treffen. Die meisten davon laufen automatisch ab, über andere denken wir lange nach.

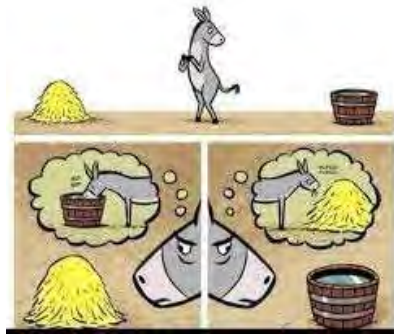


4

## Ich kann mich (nicht) entscheiden...

Nicht die Entscheidung lässt uns verzweifeln,  
sondern das Nicht-Entscheiden

(Buridans Esel)



5

## Das kleine Experiment



6

## Beobachtung

Die grossen Steine sind die Wichtigen und Existenziellen, wenige nehmen viel Platz ein

Der Kies ist weniger (lebens-) wichtig, beansprucht jedoch ebenfalls Platz

Der Sand bildet Nebensächlichkeiten und füllt das Glas noch vollständig

## Erkenntnis

Füllen wir das Glas zuerst mit Sand, dann mit Kies, haben die Steine keinen Platz mehr im Glas

**=> entscheiden wir uns zuerst für weniger Wichtiges, bleibt uns  
kein Platz für die wesentlichen Elemente oder für das Existenzielle**

7

## Priorität vs. Qualität vs. Ergebnis von Entscheidungen

Über das Richtige entscheiden

Die richtige, Entscheidung treffen

Aus dem Ergebnis der Entscheidung lernen

8

## Richtig oder falsch entscheiden

Wann ist eine Entscheidung **richtig**?

Wann ist eine Entscheidung **falsch**?



... oder einfach nur **glücklich**?



**Die Qualität der Entscheidung nicht aus dem Ergebnis ableiten!**

## Reflektiert entscheiden

1. Proaktivität
2. Fundamentalität
3. Kreativität
4. Aufgeklärtheit
5. Konsequenz

## Proaktivität

- Nicht nur auf Auswahl reagieren, sondern weitere Varianten entwickeln
- Nicht in Vorgaben gekapselt, sondern offene Sichtweise auf die Sache
- Chancen erkennen nutzen um dadurch steuernd eingreifen können
- Fokus auf die "übernächste Geländekammer"

11

## Fundamentalität

- Entscheide auf die Zielsetzung ausrichten
- Ziele kennen und hinterfragen (worüber muss ich entscheiden und ist das richtig?)
- Pro Situation ca. 3 bis 6 Ziele im Auge behalten (die grössten Steine)

12

## Kreativität

- Eine Entscheidung kann nicht besser sein, als die zur Verfügung stehenden Antworten  
=> sei kreativ und suche nach anderen Lösungen
- Überlegen, wie ich zu guten Ideen komme (Mut auch zu unkonventionellen Ideen)
- Scheuklappen abnehmen (ja, das haben wir schon immer so gemacht...)
- Sich nicht in den "Stressmodus" versetzen lassen (Kreativität ausser Betrieb)

13

## Aufgeklärtheit

- Überreaktionen auf Ereignisse vermeiden  
(die aktuellsten Ereignisse sind nicht immer auch die wichtigsten)
- Entscheidungsfehler entstehen oft durch Verzerrungen oder Überbewertung
- Vorhandene Denkmuster aufbrechen und hinterfragen
- Sich weiterbilden, sich informieren (lassen)

14

## Konsequenz

- Die beste Entscheidung nützt nichts, wenn sie nicht umgesetzt wird
- "Kopf" und "Bauch" zusammenbringen. Bei grossen Unsicherheiten die einzelnen Faktoren nochmals durchgehen (Analytischer Kopf-Fehler oder der Bauch ist auf einen emotionalen Fehler hereingefallen)
- Action, Action, Action,

15

## Selbstreflexion

16

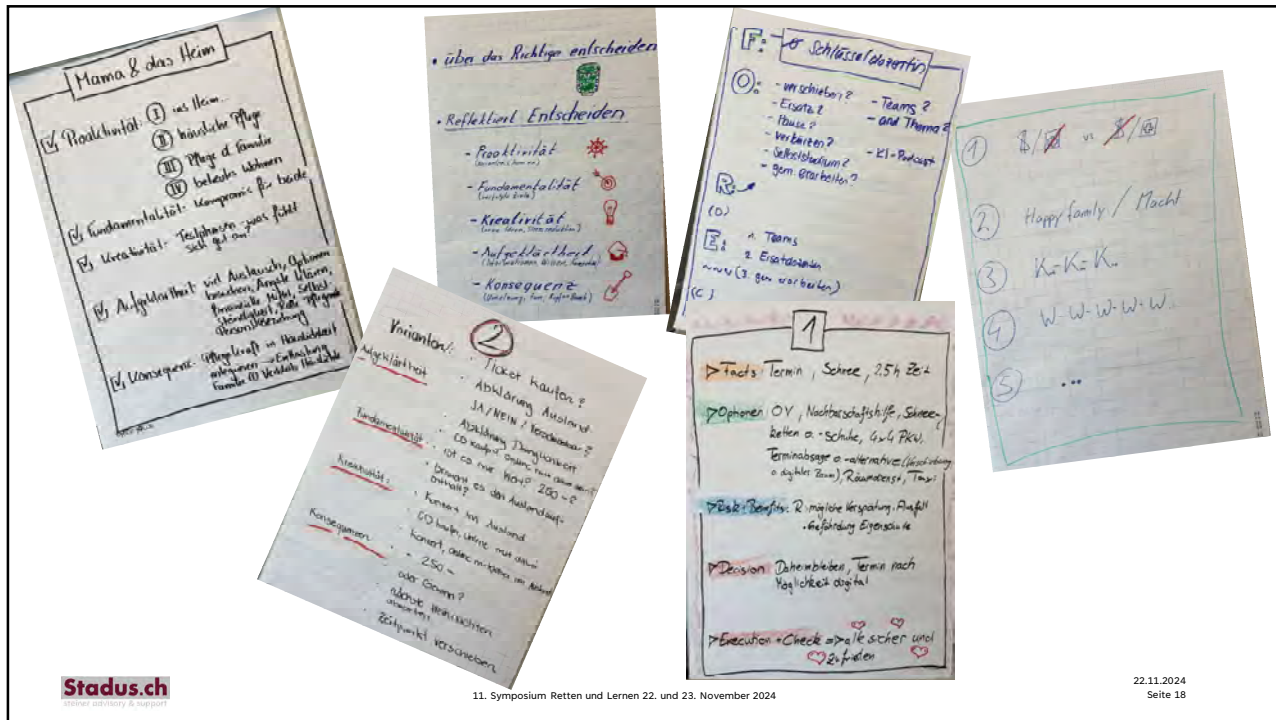


**Aufgabenstellungen**

- 1 Es ist 07:00h und ich habe um 09:30 einen Termin in Nottwil. Es hat stark geschneit und komme mit dem Auto nicht aus der Garage. Die Quartierstrasse ist ebenfalls zugeschnitten. Wie entscheide ich mich?
- 2 Ich möchte in 3 Wochen ein Weihnachtskonzert besuchen, die Karten kosten 250.-, sind allerdings rasch ausverkauft. Vor Weihnachten muss ich wahrscheinlich noch ins Ausland. Wenn, dann ausgerechnet während dem Konzert. Wie entscheide ich mich?
- 3 Eine Schlüsseldozentin an einem Seminar fällt heute aus. Sie hätte eine tragende Rolle und viele Teilnehmende kommen deshalb an die Veranstaltung. Wie entscheide ich mich?
- 4 Ich habe grosse Karrierechance. Allerdings müsste ich mit meiner Familie ins Ausland umziehen. Wie entscheide ich mich?
- 5 Soll ich meiner alten Mutter oder einem kranken Familienmitglied den Pflegeplatz in einem Heim anbieten, oder sie weiterhin zu Hause betreuen, obwohl es körperlich und emotional sehr anstrengend ist?

**Erwartungen:**

- Diskussion in der Gruppe: **über was entscheide ich und wie komme ich zu einer reflektierten Entscheidung?**
- **Entscheid darstellen** (Flipchart, PC, Rollenspiel, Pinwand, etc.)
- Präsentation der Ergebnisse im Plenum inkl. Erläuterungen, offenen Fragen, Erfahrungen etc.



# Entscheidungshilfen

19

## Entscheidungshilfen

- Plane möglichst im Voraus (standardisierte Prozesse, Eventualplanungen, ...)
- Komplexität reduzieren (Probleme in Teilprobleme aufgliedern und priorisieren)
- Löse dich von den Problemen und fokussiere dich auf Lösungen und Ziel
- Halte Lösungsvarianten bereit aber Entscheide dich so spät wie möglich, damit noch Raum für Optionen bleibt
- Nebst den Risiken, vor allem auch die Chancen miteinbeziehen
- Überlege, was alles geschieht, wenn du nichts unternimmst
- Zögere nicht zu lange. Besser eine brauchbare Entscheidung sofort als die Beste zu spät

20

## Faktoren der Entscheidungsfähigkeit

- Fachkompetenz
- Offene Denkhaltung
- Phantasie und Innovationskraft
- "Querdenken" zulassen
- Unvoreingenommenheit
- Eine gewisse Risikobereitschaft
- Chancen erkennen können
- Wesentliches von Nebensachen trennen können
- Training, Training, Training...
- Stressfreiheit (Angriff oder Flucht Varianten möglichst vermeiden)

21

## Methoden zur Entscheidungsfindung

Pro-Contra Liste

Pro	Contra
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewinn an Sicherheit für Patienten und Anwender</li> <li>• Transparenz der Prozesse und Verantwortlichkeiten</li> <li>• Zugewinn an Kompetenz</li> <li>• Zugewinn an (technischen) Informationen</li> <li>• Reduktion des Haftungsrisikos</li> <li>• Sicherheit im Projekt durch gelenkten Planungsprozess</li> <li>• Kostenreduktion im Systembetrieb</li> <li>• Reduktion der Total Cost of Ownership (TCO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dokumentationsaufwand (Prozesse, Risikoakte)</li> <li>• (Kosten-) Aufwand zu Projektgewinn erhöht.</li> <li>• Verlust an Flexibilität (Anwenderakzeptanz)</li> <li>• Bewusstseinsänderung bei Mitarbeitern erforderlich (IT-Abteilung, Medizintechnik, Anwender)</li> </ul>

22

## Methoden zur Entscheidungsfindung

Entscheidungs Canvas  
Strukturierte Entscheidung

**Was soll entschieden werden?**  
Wähle die entscheidendsten Eigenschaften aus und beschreibe die Schritte entscheidend!

**Wofür stehst Du ein? Was sind Deine Werte?**  
Welche Werte und Eigenschaften möchtest Du mit einem Anbieter teilen? Was ist dir wichtig?

**Was sagen Dein Verstand und dein Verstand?**  
Schreibe die drei Punkte an und belege diese mit 1-5, 1-5, 1-5. Wie viele Punkte? Lass dich auch die Kriterien und die Kriterien ohne Bewertung zu Wert kommen.

**Bis wann?**  
Wann wird das Datum?

**Daten und Fakten zu Deinen Optionen**  
Trage die wichtigsten Daten und Fakten zu Deinen Optionen zusammen!

**Welche Informationen benötigst Du noch?**  
Welche Daten benötigst Du noch, um eine Entscheidung treffen zu können?

**Was sagt Dein Herz? Was sagt Dein Bauch?**  
Sind die drei Optionen die bestmögliche Option? Wie fühlst du dich? Was sagt dein Bauch? Welche Option macht mehr Bauchschmerzen?

**Wen willst Du in den Prozess einbeziehen?**  
Welche Personen oder Institutionen möchtest Du in den Prozess einbeziehen? Warum?

<https://unstruggle.ch/unstruggle/tips/der-entscheidungscanvas/>

23

## Methoden zur Entscheidungsfindung

- Nutzwertanalyse

Testobjekt4		Auto1		Auto2		Auto3		Auto4		Auto5	
Eigenschaft	Wertung %	Pkt.1	Wert1	Pkt.2	Wert2	Pkt.3	Wert3	Pkt.4	Wert4	Pkt.5	Wert5
Preis	10	2	20	3	30	2	20	1	10	3	30
Leistung	8	3	24	2	16	1	8	2	16	1	8
Ausstattung	6	3	18	3	18	2	12	1	6	3	18
Service	8	3	24	2	16	3	24	2	16	3	24
lauf.Rep.Kosten	9	3	27	2	18	3	27	2	18	2	18
Wiederverkauf	7	3	21	2	14	1	7	2	14	3	21
Versicherung	9	2	18	2	18	1	9	2	18	3	27
Steuer	7	3	21	2	14	3	21	2	14	2	14
Farbe	6	3	18	2	12	1	6	2	12	3	18
Reifen	8	2	16	3	24	2	16	3	24	1	8
Sicherheit	10	3	30	2	20	2	20	2	20	3	30
Werkstätten	8	3	24	2	16	1	8	2	16	3	24
Test1	4	2	8	3	12	2	8	2	8	1	4
Gesamtwertung=100% 100 %		Total1	Total2	Total3	Total4	Total5					
		DELETE ALL SITES	REFRESH	20,69	17,54	14,31	14,77	18,77			

[https://www.kribus.de/Entscheidungshilfe\\_Bewertung.html](https://www.kribus.de/Entscheidungshilfe_Bewertung.html)

24

## Methoden zur Entscheidungsfindung

Was, wenn nicht... Methode

- Was könne alles geschehen, wenn ich mich nicht entscheide?
- Was könnte alles geschehen, wenn ich nichts unternehme?

[https://www.kribus.de/Entscheidungshilfe\\_Bewertung.html](https://www.kribus.de/Entscheidungshilfe_Bewertung.html)

**Stadus.ch**  
steiner advisory & support

11. Symposium Retten und Lernen 22. und 23. November 2024

22.11.2024  
Seite 25

25

# Vielen Dank!

Nottwil, 22.11.2024  
Josef Steiner

[www.stadus.ch](http://www.stadus.ch)

**Stadus.ch**  
steiner advisory & support

11. Symposium Retten und Lernen 22. und 23. November 2024

22.11.2024  
Seite 26

26

## Informationsquellen



### Reflektiert Entscheiden: Kompetent mit Kopf und Bauch

Rüdiger von Nitzsch  
Florian Methling



### Ab sofort besser entscheiden – Die 6 Säulen der Entscheidungsfindung

Patrik Ian Meyer



### Schwere Entscheidungen richtig treffen – Vom Grübeln zur Klarheit

Sophia Waldner

## Referent:

**Josef Steiner**

Geschäftsführer

steiner advisory & support

Landhofstrasse 4a  
8864 Reichenburg

Tel.: +41 79 259 7864  
E-Mail: [welcome@stadus.ch](mailto:welcome@stadus.ch)  
Web: [www.stadus.ch](http://www.stadus.ch)