



## 6. Forum Privater Haushalt „Wege in eine neue Sparkultur“

Berlin, 13.03.2014

# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Die Psychologie der Entscheidungen

Winfried Neun



# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Einleitung

### Sie erwartet ...

- Psychologische Einblicke in die zentralen Fragen bei Entscheidungen
- Wesentliche psychologische Grundlagen zur Selbstanalyse
- Sicherheit, dass jeder lernen kann, das Richtige zu tun
- Wichtigste Triebfedern für Konsum und Sparen aus Sicht der Psychologie
- Fazit

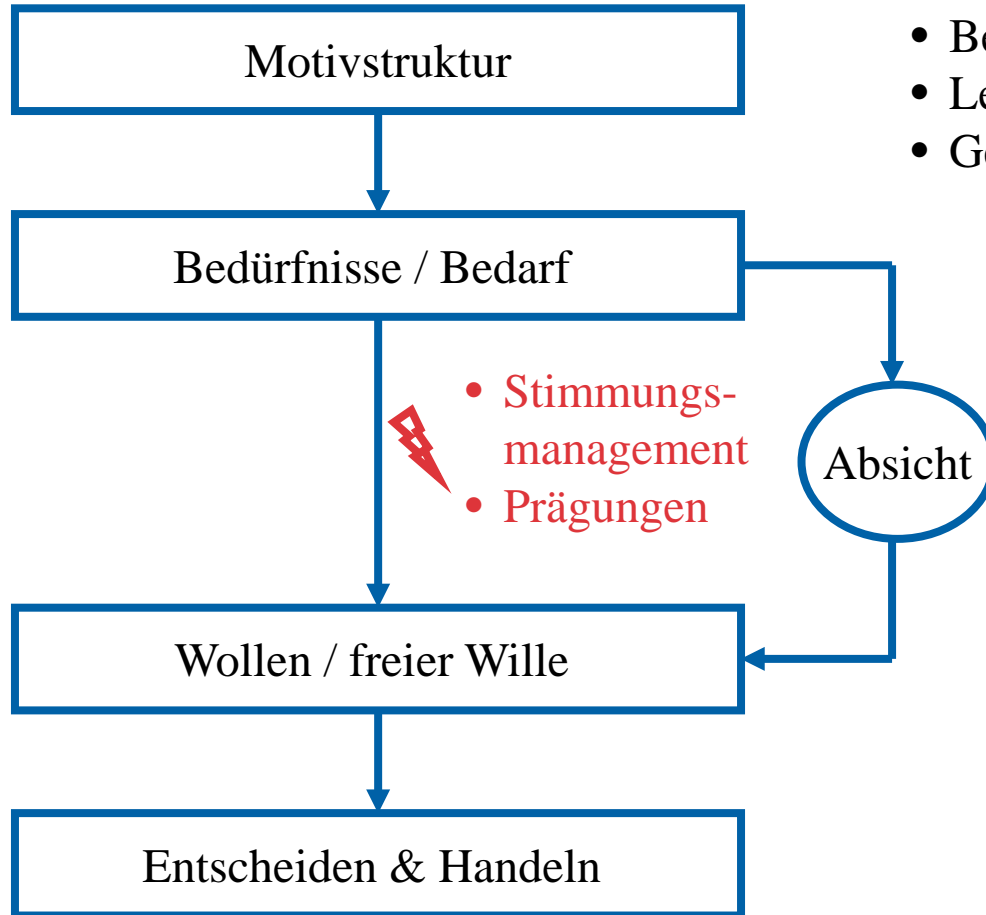


## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun Entscheiden heißt was?

- Ein sehr komplexer Prozess in unserem Gehirn
- Zu 80% rein emotional und zu 20% rational
- Ein Problem der Fähigkeiten des Menschen weitsichtig zu sein
- Eine Überwindung von verschiedenen Motiven, Trieben, Reflexen und Instinkten
- Ein Wechselspiel zwischen Bedürfnissen und Handeln

# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Entscheiden heißt Motive befriedigen



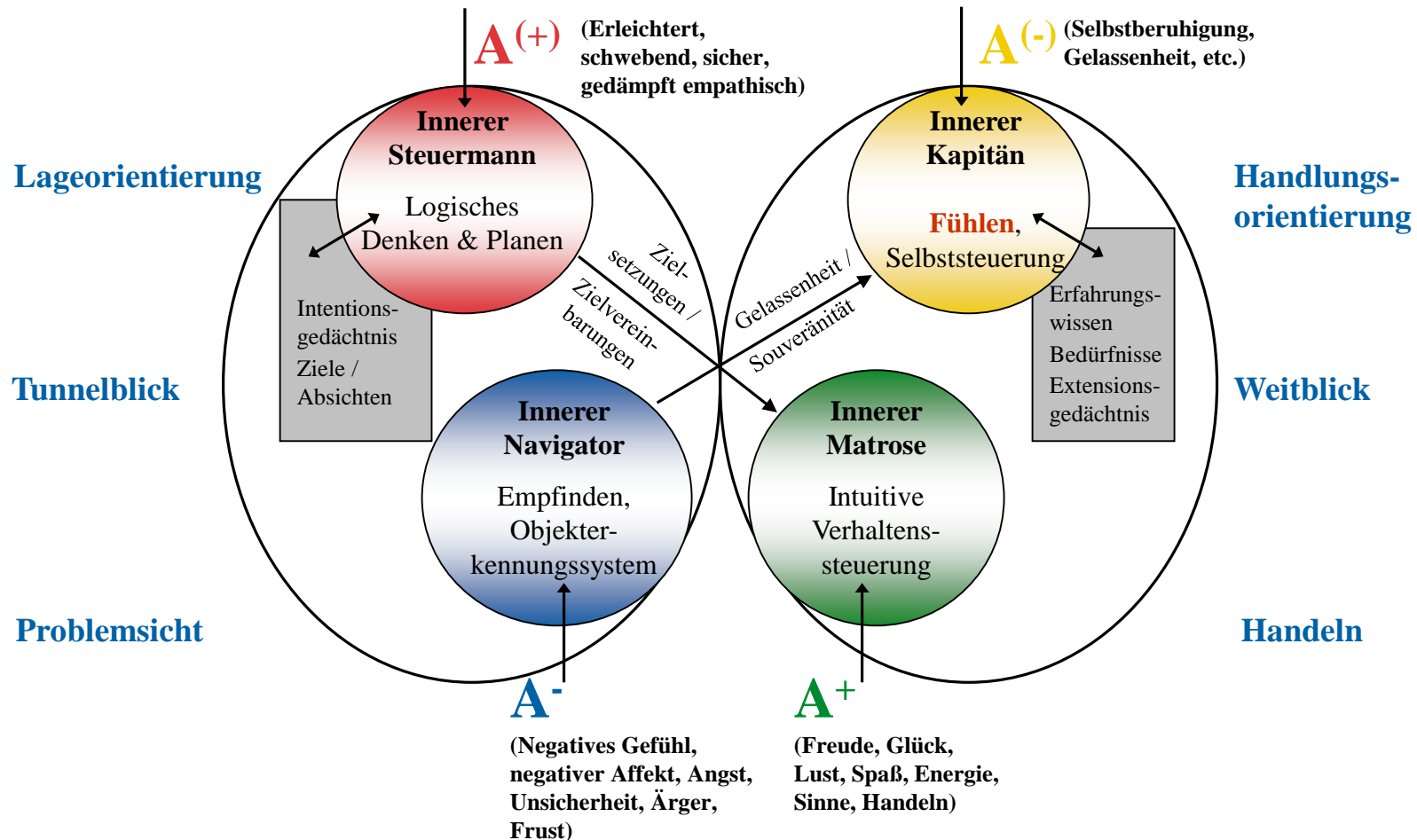
- Beziehungsmotiv
- Leistungsmotiv
- Gestalterisches Machtmotiv

- Stimmungsmanagement
- Prägungen

# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Der Mechanismus – Selbst- / Fremdregulation als Prozess

### Der Mechanismus (Prozess):





## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun Prägungen bestimmen unseren Umgang mit Geld

**Prägungen sind keine Konditionierung, sondern ...**

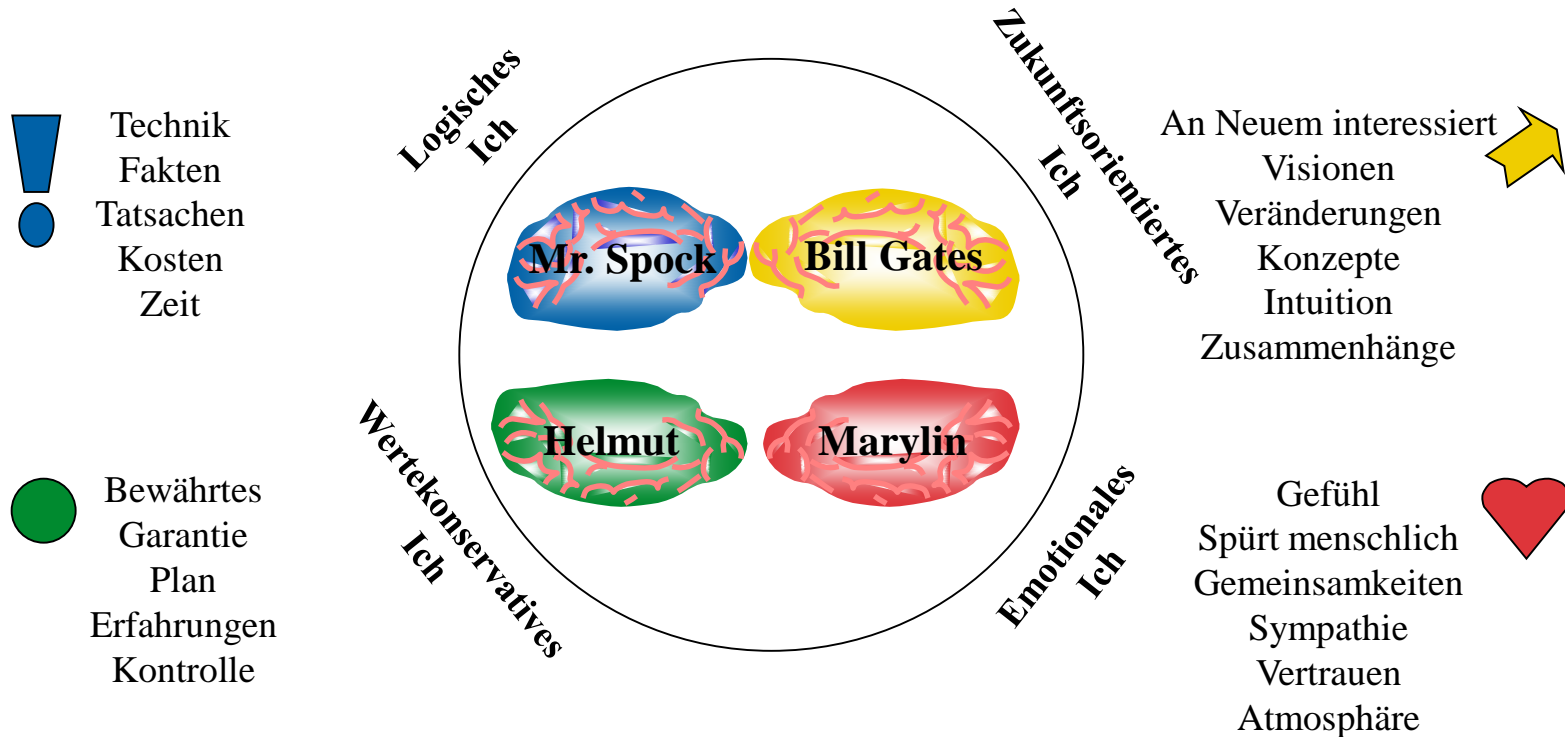
„Jeder Mensch hat Denk- und Verhaltensweisen,  
die für ihn typisch sind und die er bevorzugt.  
Sie sind Ausdruck seiner Einmaligkeit  
und Voraussetzung für Autonomie und persönliche Kompetenz.“

Ned Herrmann

# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Welche Prägungen gibt es?

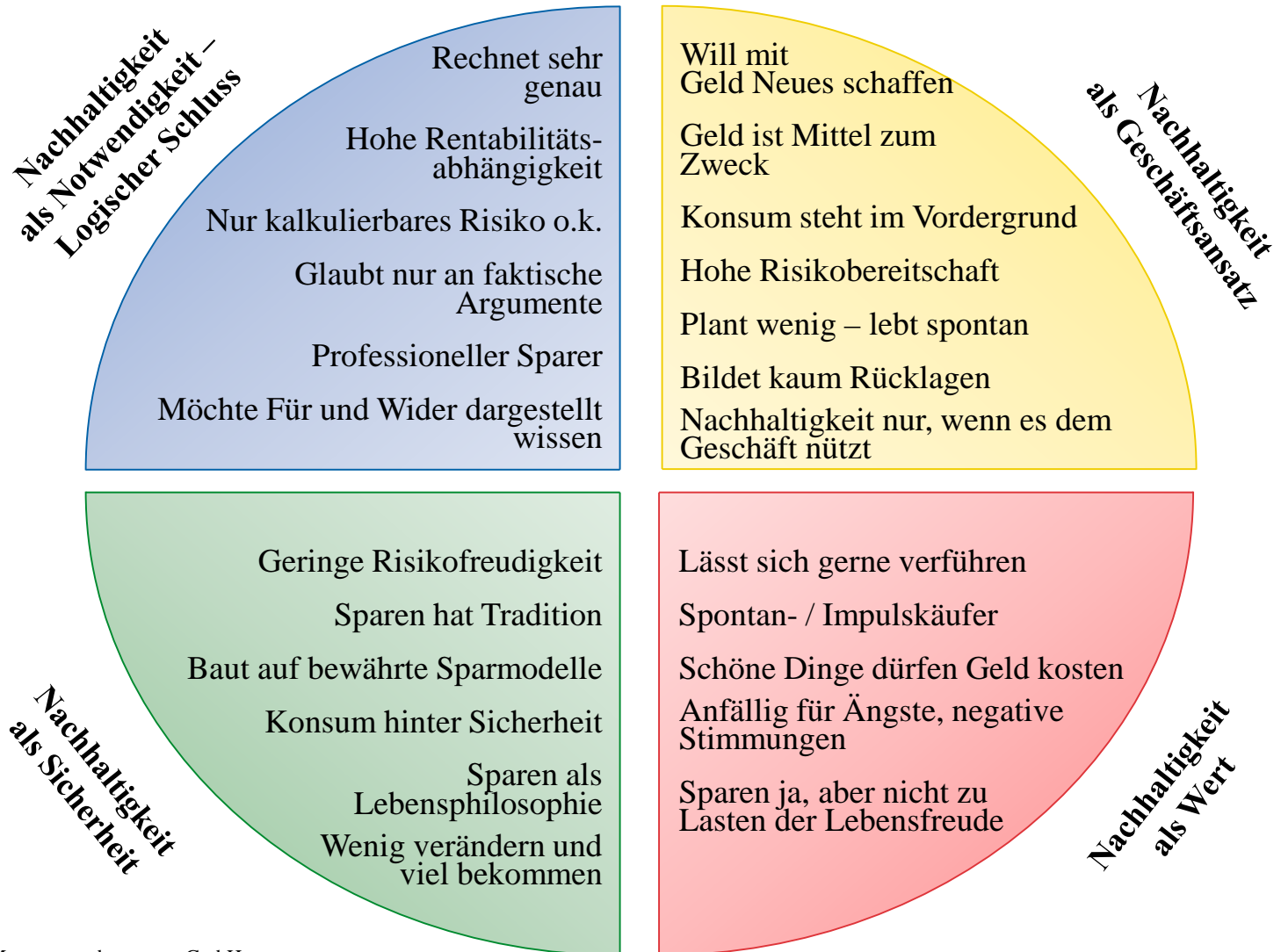
### Die Prägung (Zustand):



**90 % aller Menschen werden von zwei Vierteln dominiert**

# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Prägung und der nachhaltige Umgang mit Geld







## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun Prägungen und der nachhaltige Umgang mit Geld

Ziel ist es ...

- Erkenne Dich selbst
- Erkenne Deine Chancen und Risiken
- Handle jeden so, wie es seine Prägung verlangt und akzeptiere diese

**= Zur Prägung passende Entscheidungen machen zufrieden.**



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Triebfedern für Entscheidungen

- **Instinkte** unserer Vorfahren:
  - Lustgewinnung (Reptiliengehirn – Wohlfühleffekt)
  - Schmerzvermeidung (Reptiliengehirn – Fluchtreflex)
  
- **Drei zentrale Emotionen** treiben die Entscheidungsfindung:
  - Wut → evolutionspsychologisches Aggressionspotential
  - Angst → evolutionspsychologisches Überlebenskonzept
  - Gier → evolutionspsychologische Selbsterhaltung



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Triebfedern für Entscheidungen

- **Nachhaltigkeit** als Inhalt wiederentdecken:
  - Im Weniger Mehr sehen
    - Stopp der Gier und des Zwangs und Schaffen neuer Anreize
  - Verlogene Sicherheit durch ständiges Wachstum
    - Intelligentes Wachstum als ethischen Auftrag / Konzept verstehen
  - Verzicht als Erleichterung
    - Bedürfnisse besser ausleben und sich seiner selbst bewusst werden
  - Notwendigkeit der Neuorientierung
    - Nachhaltigkeit als logischen Ansatz erfassen



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Triebfedern für Entscheidungen

- **Persönlichkeitsmerkmale** erkennen und akzeptieren:
  - Die eigene Prägung annehmen
    - Intelligenter Umgang mit sich selbst
  - Neinsagen lernen
    - Bereitschaft für mehr Individualität
  - Bewusster Umgang mit Emotionen
    - Es gibt nicht den Homo Oeconomicus



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Lösungen für richtige Entscheidungen

- Tipp 1:
  - Beachten Sie stets die eigene Prägung und damit verbundene Entscheidungspräferenzen
    - Welche Dominanz liegt vor?
  
- Tipp 2:
  - Professionelles Stimmungsmanagement als zentrale Basis zur zufriedenstellenden Entscheidungsfindung akzeptieren
    - Wie Sorge ich für Gelassenheit bei mir selbst und wer hilft mir dabei?
  
- Tipp 3:
  - Sparen als Kult heißt neue Werte lebendig machen
    - Wie nutze ich den Paradigmawechsel für meine eigenen Interessen?



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Lösungen für richtige Entscheidungen

- Tipp 4:
  - Intelligentes Wachstum durch Neuorientierung sorgt für Vertrauen und Nachhaltigkeit
    - Welches ethische Konzept vertrete ich?
  
- Tipp 5:
  - Motivstrukturen bei sich selbst erkennen, um die Triebfeder Ihrer Entscheidungen besser zu verstehen
    - Welche Motivstruktur dominiert mich?
  
- Tipp 6:
  - Veränderungen immer für sich selbst positiv bilanzieren und durch regelmäßiges Feedback mit anderen bewusst machen
    - Wie nehme ich mir selbst die Angst vor Neuem?



## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

### Die Lösungen für richtige Entscheidungen

- Tipp 7:
  - Mehr Rechtshirnigkeit zulassen und Impulse bewusst akzeptieren  
→ Wie nutze ich die 95% meiner rechten Gehirnhälfte?
- Tipp 8:
  - Vertrauen Sie Ihrem Gehirn – unser Verstand kann komplexe Situationen intuitiv schnell und sicher verarbeiten  
→ Wie werde ich spontaner und instinktiver bei meinen Entscheidungen?
- Tipp 9:
  - Angst vor Veränderungen ist die Angst vor dem Leben, aber in Wirklichkeit eine Triebfeder für Entscheidungen  
→ Welche Blockaden müssen beseitigt werden und welche Angst erschwert bei mir eine Entscheidung?



# Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

## Fazit

- Die Psychologie gibt eine Vielzahl von Anregungen und Tipps für einen schnellen und zielgerichteten Entscheidungsprozess.
- Entscheidungen zeichnen uns als Homo Sapiens besonders aus.
- Der Homo Oeconomicus existiert nicht – der Mensch ist mehr als nur rational, er entscheidet emotional.
- Die Faszination unseres Gehirns ist die Faszination der Erde an sich und damit ständiger Veränderungen unterzogen.





## Warum es uns so schwerfällt, das Richtige zu tun

**“Die Zukunft, die wir wollen,  
muss erfunden werden.  
Sonst bekommen wir eine,  
die wir nicht wollen.**

Joseph Beuys