



Du kannst Dich einfach nicht zwischen zwei oder mehreren Studienwünschen entscheiden?

Gute Entscheidungen sind ein Prozess und damit veränderbar. Zweifel sind dabei erlaubt, normal und wichtig.

Kennzeichen guter Entscheidungen:

- Sie beruhen auf ausführlichen Informationen.
- Sie sind sorgfältig abgewogen.
- Sie passen zu Deinem Ziel.
- Dein „Bauchgefühl“ zur Entscheidung ist positiv.

Folgende Schritte können Dir helfen, Dich zwischen Alternativen zu entscheiden:

- Schreibe zu jedem Studienwunsch alle Fakten auf, die Du bereits darüber recherchiert hat, z.B. Zugangsvoraussetzungen (NC), Inhalte, Berufsmöglichkeiten, Studienstandorte (Städte / Unis), usw.
- Überlege, was Du noch wissen musst, um eine gute Entscheidung treffen zu können. Welche wichtigen Fragen zu diesem Studienwunsch sind noch nicht beantwortet? Wo könntest Du Antworten bekommen?
- Bewerte die zusammen getragenen Fakten: Was davon ist gut? Was davon stört Dich? Dafür kannst Du z.B. mit Symbolen arbeiten wie +++, ++, + oder o oder -.
- Ergänze in Deiner Liste: Was spricht noch für oder gegen den Studienwunsch? Das kann auch ein Gefühl sein, z.B. Angst oder Freude.

So bekommst Du einen guten Überblick und kannst Deine Gedanken systematisch ordnen. Manche der Punkte können sich dabei auch durch gezieltes Nachfragen noch verändern.



Pro-Contra-Liste

Für jeden Studiengang die Vor- und Nachteile aufschreiben.

Dabei ist es nicht zwingend so, dass die Seite mit den meisten Argumenten gewinnt, denn die Liste zeigt nicht, wie wichtig Dir die einzelnen Punkte sind.

Würfeln oder eine Münze werfen

Diese zufällig getroffene Entscheidung ermöglicht Dir, Dein „Bauchgefühl“ deutlich zu spüren: Wie fühlst Du Dich, wenn die Münze gefallen ist? Freust Du Dich? Bist Du erleichtert? Fühlst Du Dich unbehaglich?

Paarvergleich

Wenn Du mehrere Möglichkeiten in eine Reihenfolge bringen möchtest, kannst Du einen Paarvergleich ausprobieren.

1. Zeichne eine Matrix

Hier trägst du die Alternativen ein, die du vergleichen bzw. ordnen möchtest.

Als Beispiel: Entscheide Dich zwischen den Studiengängen

- Sport auf Lehramt
- Sport fachwissenschaftlich
- Physiotherapie
- Biologie
- Molekularbiologie

2. Vergleiche die Alternativen paarweise

Jetzt kommt das eigentliche Vergleichen. Du wählst jeweils ein Paar aus und stellst dir die Frage: Ist der Zeilenwert weniger wichtig, gleich wichtig oder wichtiger als der Spaltenwert?

Je nach Antwort vergibst du Punkte:

0: Der Zeilenwert ist weniger wichtig.

1: Der Zeilenwert ist gleich wichtig.

2: Der Zeilenwert ist wichtiger.

Auf der nächsten Seite siehst Du die Matrix für unser Beispiel....



Beispiel Paarvergleich:

	Sport Lehramt	Sport fachwissenschaftlich	Physiotherapie	Biologie	Molekularbiologie	Summe
Sport Lehramt						
Sport fachwiss.						
Physiotherapie						
Biologie						
Molekularbiologie						

Trage ein:

0: Der Zeilenwert ist weniger wichtig.

1: Der Zeilenwert ist gleich wichtig.

2: Der Zeilenwert ist wichtiger.

Die Zeile mit der höchsten Summe „gewinnt“.

Stühle und Perspektivwechsel

Stelle in einer Reihe so viele Stühle auf, wie Du Studienwünsche hast.
Alternativ kannst Du auch Zettel auf den Boden legen.

Setze Dich nach einander auf jeden einzelnen Stuhl / stelle Dich auf jeden einzelnen Zettel und überlege:

- Wie würde mein Tag aussehen, wenn ich mich für diese Variante entscheiden würde?
- Wie würde es sich anfühlen, wenn diese Variante meine festgelegte Zukunft ist?

Eine ausführliche Anleitung zu dieser Methode findest Du auch in einem Video der Uni Jena: www.uni-jena.de/Studienentscheidung