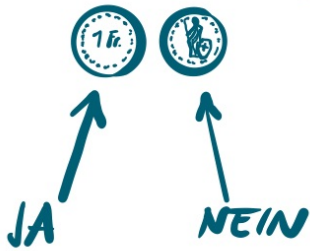


WERFEN SIE EINE MÜNZE

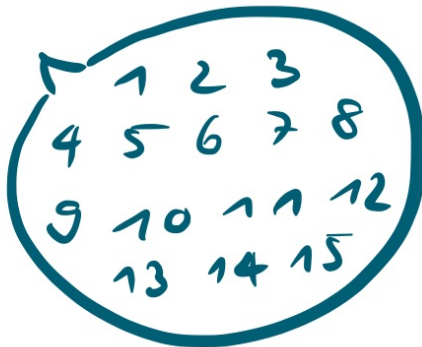
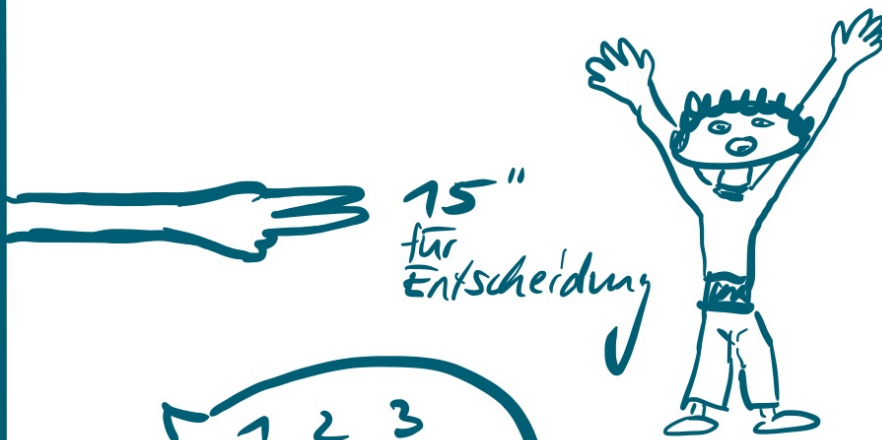
GO bei zwei Alternativen

?

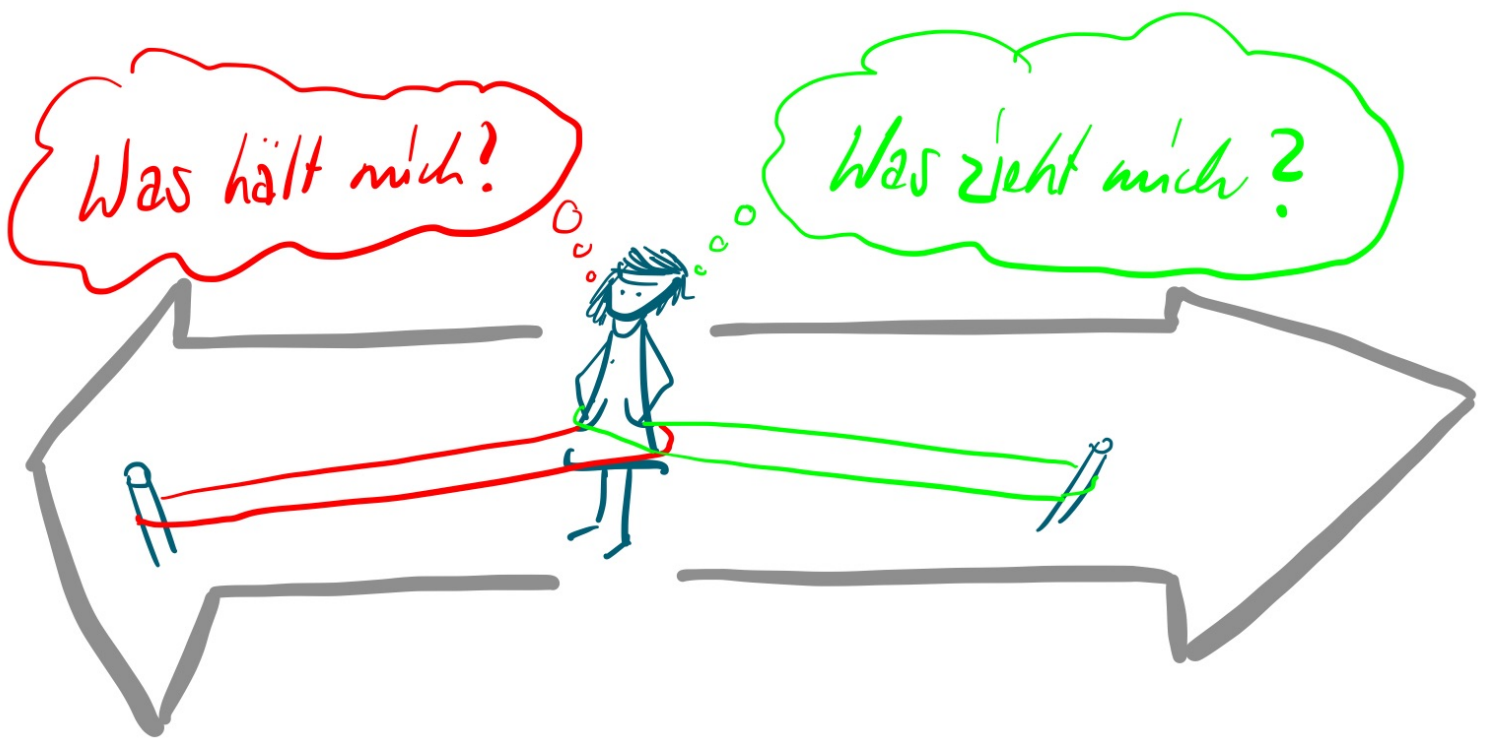


WELCHE ANTWORT
WÜNSCHT DU DIR
WÄHREND MÜNZE IN
DER LUFT IST?

GUN-TEST

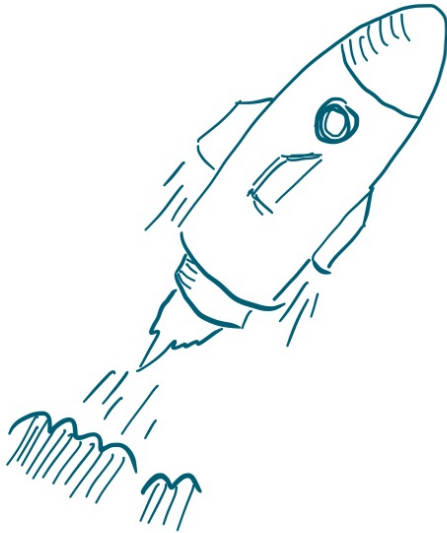


GUMMI BAND MODELL



10-10-10 ZEITREISE

?

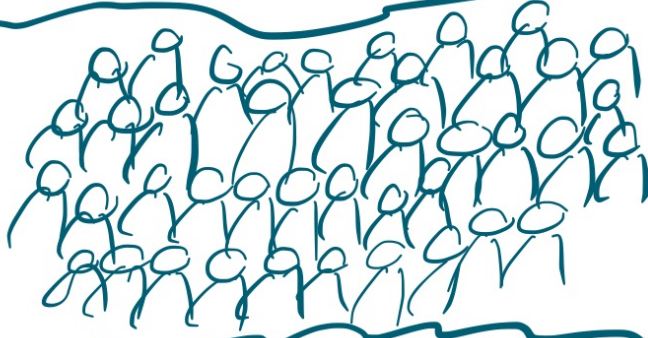


in 10
Minuten?

in 10
Monaten?

in 10
Jahren?

Stell dir vor, du erzählst 100
Leuten davon



Wie schätzen sie deine
Entscheidung ein?

~~Schwarz-Weiß Denken~~



Was ist dir
wirklich wichtig?

leichtere
Entscheidung

PRO-CONTRA



ALTERNATIVE 1



PRO +	CONTRA -
☐	☐
☐	☐
☐	☐
	☐

ALTERNATIVE 2

PRO +	CONTRA -
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
	☐ ~~~~~
	☐ ~~~~~

ALTERNATIVES

PRO+	CONTRA-
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~
☐ ~~~~~	☐ ~~~~~

60 für 1-2 Alternativen

2

LISTEN VERGLEICHEN

ALTERNATIVE 1

PRO +	CONTRA -
□ □ □	□ □ □ □

ALTERNATIVE 2

PRO+	CONTRA-
□ 	□ 
□ 	□ 
□ 	□ 
	

ALTERNATIVES

PRO+	CONTRA-
□	□
□	□
□	□



NICHT NUR ANZAHL DER
ARGUMENTE AUCH QUALITÄT
DER ARGUMENTE BEACHTEN!

VOR DER ENTSCHEIDUNG

Was sind meine Prioritäten?

Was ist mir wichtig?

Was sind meine Herzenswünsche?

Was sind meine Werte (3)?

Kenne ich meine Werte?

Habe ich genügend Infos?

Gründe für Entscheidungsblockaden

Zu viele / zu wenige Infos

Unsicherheit über eigene Situation

Unsicherheit über Konsequenzen

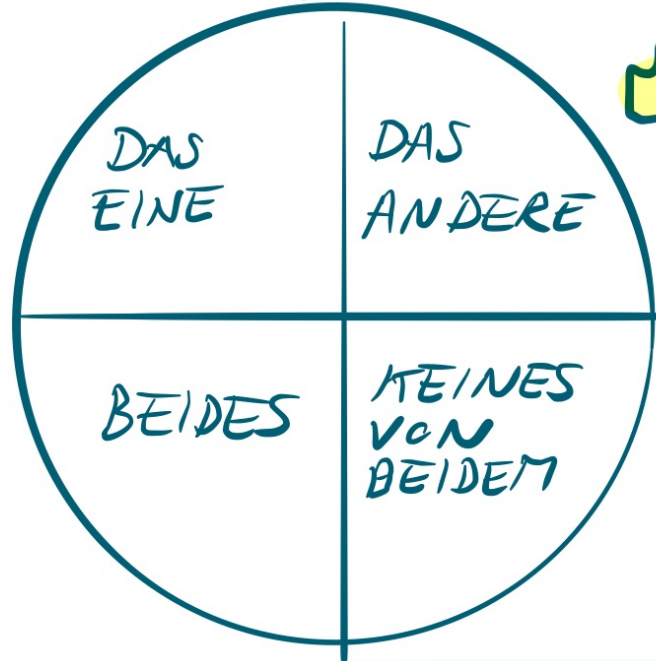
BODEN-
ANKER-
ÜBUNG

TETRALEMMA

für Coaching & Selbstcoaching

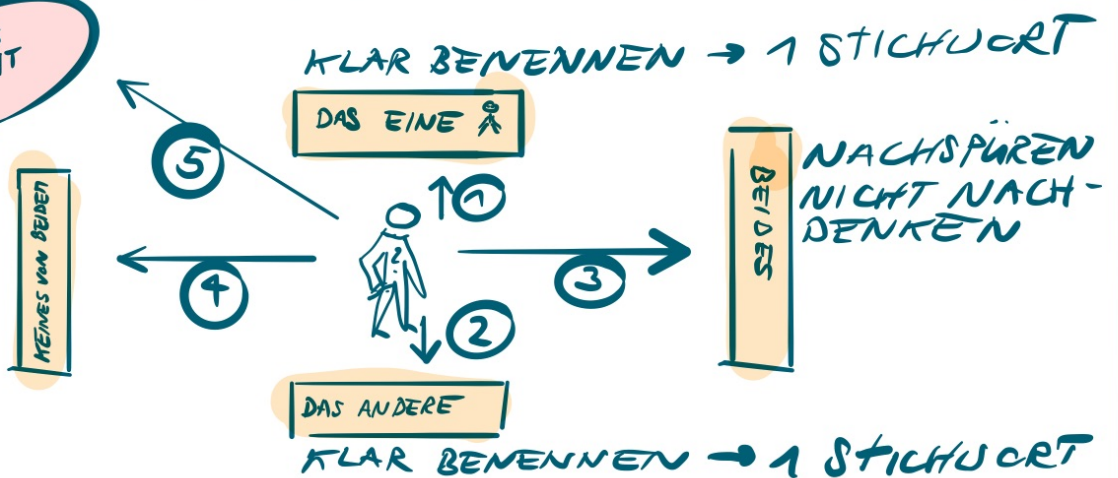
?↓

AUFSTELLUNG



70'-20'

ALL DIES
NICHT



ANSWERTUNG 20'

SYSTEMISCHES KONSENSIEREN

SK-PRINZIP → für Gruppen

SK

ZIEL: Lösung die von allen am wenigsten abgelehnt wird

(Annahme: Lösung mit geringsten Widerstand entspricht Gruppenkonsens besser als Lösung mit grösster Zustimmung.)

WANN: Bei Entscheidungen in Gruppen

- ① Frage zur Entscheidungsfindung
- ② Sammlung von Lösungsvorschlägen (inkl. einer Passivlösung)
- ③ Prüfung der Lösungsvorschläge
- ④ Jeder TN verteilt 10 Widerstandspunkte
- ⑤ Lösung mit den wenigsten Widerstandspunkten gewinnt !