

## Wichtige Entscheidungen



DEUTSCH-TO-GO.DE

Soll ich heiraten? Oder lieber doch nicht ...

Manchmal fällt es schwer, sich zu entscheiden.

Gibt es so etwas wie den perfekten Zeitpunkt für unsere Entscheidungen?

Argentinische Neurowissenschaftler sagen ja.

Für ihre Studie werteten sie Online-Schachpartien aus, die zu unterschiedlichen Tageszeiten stattfanden.

Warum gerade Schachpartien? Das Spielverhalten von Schachspielern ist bestens geeignet, um komplexes Denken zu analysieren. Beim Schach werden Probleme systematisch gelöst, jeder Zug ist eine Entscheidung.

Das Ergebnis der Studie: Egal nun, ob die Schachspieler Frühaufsteher oder Langschläfer waren, ihre Leistungen blieben über den Tag hinweg konstant, aber sie änderten im Laufe des Tages ihre Entscheidungsstrategie. Je später es wurde, desto risikofreudiger, intuitiver und somit schneller trafen sie ihre Entscheidungen.

Und was bedeutet das alles nun für unseren Alltag?

Suchen wir eine schnelle Lösung, sollten wir solche Entscheidungen auf den Abend verschieben. Am Anfang des Tages dagegen dauert der Denkprozess länger, aber unsere Entscheidungen sind dafür fundiert und gut durchdacht. Und zwar unabhängig davon, ob wir eher ein Morgen- oder ein Abendtyp sind.

(165 Wörter)

(Ingrid Plank für [www.deutsch-to-go.de](http://www.deutsch-to-go.de) – in Anlehnung an: M. Dallacker, „Gibt es eine ideale Tageszeit für Entscheidungen?“, <https://de.in-mind.org/blog/post/gibt-es-eine-ideale-tageszeit-fuer-entscheidungen> - J. Haase, „In dieser Zeit treffen wir die besseren Entscheidungen“, <https://www.welt.de/kmpkt/article161646700/In-dieser-Zeit-treffen-wir-die-besseren-Entscheidungen.html> - Seitenaufruf 07022022)