



MINI-NUTZWERTENTSCHEIDUNG: WENN DEIN KOPF ZWISCHEN OPTIONEN FESTHÄNGT

Es gibt Tage, da ist nicht die Arbeit das Problem. Sondern die Entscheidung, womit du anfangen sollst. Alles wirkt wichtig. Alles hat Gründe. Alles könnte sinnvoll sein. Und während du versuchst, die perfekte Reihenfolge zu finden, passiert etwas Beeindruckendes: nichts.



Die Nutzwertanalyse wird im Projektmanagement als Methode zum Priorisieren und Entscheiden genutzt. Sie hilft, mehrere Optionen anhand ausgewählter Kriterien vergleichbarer zu machen. Für deinen Alltag reicht eine **Mini-Version mit drei Fragen**.



SO GEHT'S:

1 Schreibe drei mögliche Aufgaben auf:

Aufgabe 1: _____

Aufgabe 2: _____

Aufgabe 3: _____

2 Bewerte jede Aufgabe mit 1 bis 3 Punkten:

1 = wenig

2 = mittel

3 = stark

3 Nutze diese drei Kriterien:



Bringt Entlastung?



Ist heute wichtig?




Ist schnell startbar?

BEISPIEL:

Aufgabe	Entlastung	Heute wichtig	Schnell startbar	Summe
Rückmeldung senden	3	3	3	9
Konzept weiterdenken	2	2	1	5
Dateiablage sortieren	1	1	3	5

✓ Die Aufgabe mit der höchsten Summe bekommt den nächsten kleinen Schritt.

Mein nächster Schritt ist:

_____ 
Nicht den ganzen Nachmittag. Nur den nächsten Schritt.



WARUM DAS HILFT:



Entscheidungsstress entsteht oft, weil dein Kopf gleichzeitig fühlt, bewertet, erinnert, befürchtet und optimieren will. Das ist viel Betrieb für einen einzigen Schädel.



Die Mini-Nutzwertentscheidung nimmt die Entscheidung aus dem Bauchnebel und legt sie auf den Tisch.



Du musst nicht endgültig entscheiden. Du musst nur aus dem Stillstand raus.



Das Ergebnis ist nicht immer magisch. Aber es ist klar genug, um anzufangen. Und anfangen ist oft die halbe Miete. Die andere Hälfte ist Kaffee, aber das ist ein anderes Kapitel.



PASST BESONDERS GUT BEI:



wenn du nicht weißt, wo du anfangen sollst



wenn du dich verzettelst



wenn du keine Motivation hast



wenn Aufgaben gleich wichtig wirken



wenn du eine Entscheidung vor dir herschiebst



MERKSATZ:

„Eine brauchbare Entscheidung ist besser als eine makellose Entscheidung, die nie passiert.“



QUELLE / BEZUG:

Adaptiert aus Nutzwertanalyse als Methode zum Priorisieren und Entscheiden. „Projekte leicht gemacht“ nennt Nutzwertanalyse im Bereich Soft Skills / Priorisieren und Entscheiden.