

Lukas Niederberger

# **Am liebsten beides**

Wie man gute Entscheidungen trifft

Patmos Verlag

# Inhalt

Vorwort .....	7
<b>Teil 1:</b>	
<b>Entscheiden ist menschlich .....</b>	<b>11</b>
1 Der gütige Blick zurück .....	15
2 Hirnprogramm contra Freiheit .....	34
3 Mensch denkt, Gott lenkt .....	46
4 Leben in der Multioptionsgesellschaft .....	53
5 Respekt vor Konsequenzen .....	66
6 Versöhnung mit dem Nicht-Gewählten .....	72
<b>Teil 2:</b>	
<b>Eine Entscheidung – viele Schritte .....</b>	<b>79</b>
7 Wo ist Veränderung nötig und möglich? .....	81
8 Ressourcen realistisch einschätzen .....	87
9 Alles hat seine Zeit .....	94
10 Entscheiden mit Blick auf mein Ziel .....	101
11 Meine Werte als Wahlkriterien .....	108
12 Ein Heer von Treibern und Hemmern .....	117
13 Der Entscheidungsprozess .....	146
14 Guter Rat muss nicht teuer sein .....	152
15 Entscheidungen prüfen .....	156

### Teil 3:

<b>Gemeinsam entscheiden</b> .....	161
16 Klarheit, Vielfalt und Führung .....	163
17 Ja, ich will: Paar-Entscheidungen .....	170
18 Zeit ist Geld: Entscheidungen im Arbeitskontext .....	174
19 Durch viele Mühlen: Wählen in der Politik .....	178

### Teil 4:

<b>15 Entscheidungsmethoden</b> .....	187
Nachwort .....	205
Dank und Einladung .....	206
Literaturhinweise .....	208