**Einleitung für Teilnehmerinnen**

„Good decisions come from experience - Gute Entscheidungen entstehen aus Erfahrung“

**Dieser Mini Course** wird Ihnen ermöglichen,

* das Konzept der Entscheidungsfindung verstehen.
* unterschiedliche Schritte zur Reflexion der Entscheidungsfindung kennen und dann wissen, wie besser entschieden werden kann
* bereits getroffene Entscheidungen, die nicht so gut sind, überstehen oder überwinden können (Fehlentscheidung > Erfahrung > bessere Entscheidung)
* Vertrauen in die Entscheidungsfindung gewonnen zu haben
* etwas über Entscheidungen und Konsequenzen gelernt zu haben

**Ziel des** **Mini Course:**

* Stärkung Ihres Selbstvertrauens und Selbstwertgefühl bei Entscheidungsfindungen

Der Mini Course dauert ca. 20 min., benötigte Materialien: Mobiltelefon / Desktop; Papier und Stift, Vorbereitungszeit: keine

Sie entscheiden, ob Sie den Mini Course allein oder zu zweit machen wollen.

**Siehe Arbeitsaufgaben / Tasks**; die Leitfragen sind hier inkludiert

**Introduction for participants**

"Good decisions come from experience "

**This mini course will enable you to**

* Understand the concept of decision making.
* know different steps to reflect on decision making and then know how to make better decisions
* survive or overcome decisions already made that are not so good (wrong decision > experience > better decision)
* having gained confidence in decision-making
* having learnt something about decisions and consequences

**Aim** **of the mini course**:

* To strengthen your self-confidence and self-esteem when making decisions

The mini course lasts approx. 20 minutes, materials required: mobile phone / desktop; paper and pen, preparation time: none

You decide whether you want to do the mini course alone or in pairs.

**See work assignments / tasks;** the guiding questions are included here.