

## Herz über Kopf? Wann Sie Ihrer Intuition vertrauen sollten



Eine verlässliche Intuition entwickelt sich nur durch langjährige Auseinandersetzung mit einer strukturierten Lernumwelt. Eine solche Umwelt zeichnet sich durch folgende Faktoren aus. Je mehr dieser Faktoren zutreffen, desto besser ist die Lernumwelt:

1. Es bestehen kausale Zusammenhänge zwischen dem eigenem Handeln und dem Ergebnis.
2. Sie haben die Möglichkeit, diese kausalen Zusammenhänge durch Herumprobieren und Experimentieren zu identifizieren.
3. Die Zeitverzögerung zwischen eigener Handlung und Ergebnisbeobachtung ist gering.
4. Sie können das Ergebnis eigener Handlungen direkt beobachten (d. h., es wird nicht indirekt, z. B. durch Dritte, erfahren).
5. Sie können immer oder fast immer (statt nur ab und zu) das Ergebnis eigenen Handelns beobachten.
6. Sie erhalten gleichermaßen Rückmeldung über positive und negative Ergebnisse, sprich über Erfolge als auch Misserfolge des eigenen Handelns.

Doch auch Ihre Einstellung entscheidet über den Erfolg Ihrer Intuition und ob Sie Ihrem Bauch trauen dürfen:

1. Sie haben eine kritische Einstellung zum eigenen Wissensstand und arbeiten vor allem an eigenen Schwächen.
2. Sie sind langfristig motiviert, besser werden zu wollen und sind kurzfristig bereit, dafür Opfer zu bringen.



### **Herz über Kopf? Wann Sie Ihrer Intuition vertrauen sollten**

3. Sie bringen die nötige Bereitwilligkeit und Frustrationstoleranz mit, um Problembereiche eigenen Wissens oder Handelns immer wieder zu üben.

Wenn diese Faktoren auf Sie und Ihre Lernumwelt zutreffen, ist es sehr wahrscheinlich, dass Sie einen hohen Grad an Expertise und damit einhergehend eine verlässliche Intuition in einem gewissen Lebens- oder Fachbereich entwickelt haben.

**Wenn Ihnen in einer solchen Situation Ihr Bauchgefühl etwas sagt, ignorieren Sie es nicht!**