

# Decision Fatigue: Wann Sie eine Entscheidung besser vertagen

Eine hitzige Diskussion im Meeting, eine provokante E-Mail im Postfach oder die Euphorie nach einem überraschenden Erfolg: Gerade im Berufsalltag treffen wir Entscheidungen oft nicht im neutralen Zustand. Wer sich ärgert, unter Druck steht oder übermüdet ist, reagiert schneller – oft vorschnell – und auch härter als es der Situation guttut.

Dass starke Gefühle unser Urteilsvermögen beeinflussen, ist wissenschaftlich gut belegt. Emotionen – egal ob positiv oder negativ – führen dazu, dass Menschen nicht klar denken und mitunter impulsiv handeln, erklärt Philip Meissner, Inhaber des Lehrstuhls für Strategie und Entscheidungsfindung an der ESCP Business School in Berlin.

## Entscheidungen mit klarem Kopf treffen

„Emotionen können dazu beitragen, dass ich die Welt schwärzer und weißer sehe als sie ist“, sagt auch Prof. Ralph Hertwig vom



Erst mal den Kopf freibekommen: Wer innerhalb einer gewissen Zeitspanne viele Entscheidungen treffen musste, sollte dem Gehirn Ruhe gönnen.

FOTO: CHRISTIN KLOSE

Max-Planck-Institut für Bildungsforschung.

Heißt: In solchen Situationen sollte man lieber keine Entscheidungen treffen. Besser ist es, abzuwarten und zu versuchen, die eigenen Gefühle zu regulieren. Wenn man wieder einen klaren Kopf hat, lässt sich das Thema einfacher erneut angehen.

## Warnsignal „Decision Fatigue“

Auch das Gefühl, überfordert zu sein, sollte ein Warnzeichen sein, die Entscheidung besser nicht zu erzwingen. Die „Decision Fatigue“ tritt laut Hertwig ein, wenn Menschen innerhalb einer gewissen Zeitspanne viele Entscheidungen treffen mussten.

Die Bereiche im Gehirn, die uns helfen, zu fokussieren, zu planen, von Aufgabe zu Aufgabe zu springen, sind dann erschöpft. Das kann wiederum dazu führen, dass die Qualität unserer Entscheidungen sinkt. Nach einer Ruhepause oder Schlaf kann sich das Gehirn wieder erholen und bessere Entscheidungen treffen. (dpa)

## Was bei Nachlässen in Braunschweig oft übersehen wird: Die Erfahrung der ältesten deutschen Scheideanstalt seit 1845

Die Niedersächsische Goldbörse Braunschweig: auch bekannt aus **FOCUS MONEY** **Aktueller Goldkurs: 4.358,68 EUR/Ounce**

Anzeige  
FOCUS MONEY  
MEDIEN PARTNER  
2026

März 2026

**Braunschweig.** Wenn ein Nachlass geregelt werden muss, stehen für viele Familien zunächst Unterlagen, Möbel und persönliche Erinnerungsstücke im Vordergrund. Doch oft sind es gerade die kleinen, unscheinbaren Dinge, die einen überraschend hohen Wert haben können: alte Ketten, Ringe, Armbänder, Münzen, Zahngold oder beschädigte Einzelstücke aus Gold und anderen Edelmetallen. Was jahrelang unbeachtet in Schubladen, Schatullen oder Tresoren lag, wird im ersten Moment häufig unterschätzt. Dabei kann genau hier ein erheblicher Vermögenswert verborgen sein.

Gerade bei hohen Goldpreisen lohnt sich deshalb ein genauer Blick. Viele geerbte Schmuckstücke werden nicht mehr getragen, haben aber dennoch einen beachtlichen materiellen Wert. Hinzu kommt: Für Laien ist oft nicht erkennbar, welche Legierung tatsächlich vorliegt, wie hoch der Edelmetallanteil ist oder welche Stücke überhaupt relevant sind.

Wer in einem Nachlass vorschnell aussortiert, riskiert deshalb, Werte zu übersehen, die heute wirtschaftlich erheblich ins Gewicht fallen können.



Wir sind jetzt auch am Samstag von 10 bis 16 Uhr für Sie da!

Orientierung bieten dabei auch die Hinweise aus dem Umfeld von **Heimerle + Meule**, offiziell Partner der **Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig** und seit **1845** im Edelmetallbereich tätig. Diese langjährige Erfahrung schafft Vertrauen, gerade wenn es darum geht, geerbte Werte fachkundig, nachvollziehbar und mit dem nötigen Blick fürs Wesentliche einzuordnen. Die **Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** begleitet

Kunden bei der Bewertung von Nachlassschmuck, Altgold und weiteren Edelmetallen. Im Mittelpunkt stehen Transparenz, Diskretion und eine faire Wertermittlung auf Grundlage des aktuellen Marktumsfelds. Der Geschäftsführer der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig weist darauf hin, dass viele Menschen erst im Rahmen einer professionellen Prüfung erkennen, welche Werte selbst in kleinen, beschädigten oder auf den ersten Blick un-

scheinbaren Schmuckstücken gebunden sein können.

Gerade bei Nachlässen geht es nicht nur um Erinnerungen, sondern oft auch um klare Entscheidungen. Was soll in der Familie bleiben? Was wird nicht mehr genutzt? Und welche Werte können sinnvoll realisiert werden? Eine fachkundige Bewertung schafft hier die notwendige Klarheit und hilft dabei, Wertvolles von weniger Relevantem zu trennen. So

wird aus Unsicherheit Schritt für Schritt Übersicht.

Wer in Braunschweig und Umgebung einen Nachlass ordnet, sollte Edelmetalle deshalb nicht nebenbei behandeln. Denn was lange unbeachtet blieb, kann heute mehr wert sein, als viele vermuten. Bevor Wertvolles liegen bleibt oder vorschnell aussortiert wird, lohnt sich eine professionelle Prüfung. Wer Klarheit über geerbte Schmuckstücke und Edelmetalle haben möchte, findet mit der Niedersächsischen Goldbörse Braunschweig einen diskreten Ansprechpartner vor Ort.

Die **Niedersächsische Goldbörse Braunschweig** in enger Partnerschaft mit **Heimerle und Meule**

*Expertise durch die älteste Gold- und Silberscheideanstalt Deutschlands: Bei Nachlässen werden alte Ketten, Ringe, Münzen oder Zahngold oft unterschätzt.*

*Eine fachkundige Prüfung kann zeigen, welche Werte tatsächlich vorhanden sind. Das Goldhaus Düsseldorf bewertet Nachlassschmuck, Altgold und weitere Edelmetalle transparent, diskret und nachvollziehbar. So wird aus Ungewissheit eine fundierte Entscheidung.*

Niedersächsische  
**GOLD BÖRSE**  
BRAUNSCHWEIG

**NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE BRAUNSCHWEIG**  
Damm 38  
38100 Braunschweig  
TEL: 0531/12184200

braunschweig@goldboerse.gmbh  
www.goldboerse-braunschweig.de

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr  
Sa.: 10:00 - 16:00 Uhr

**GESCHÄFTSFÜHRER:**  
N. GRANHOLM

**Terminabsprache nicht notwendig größere Mengen können natürlich vorher telefonisch terminiert und besonders diskret behandelt werden.**

**DIE NIEDERSÄCHSISCHE GOLDBÖRSE KAUF**

1. Gold, Silber und Platinschmuck wie Ringe, Ketten, Armbänder, Anhänger, Broschen, Königsketten, Bettelarmbänder, Bruchgold und Feuerzeuge.
2. Zahngold mit und ohne Zähne oder im Gebiss, Brücken, Kronen, Inlays oder noch im Gebiss, kleine und große Mengen sauber und verunreinigt.
3. Markenuhren wie Rolex, Breitling, Cartier, OMEGA und vieles mehr.
4. Gold- und Silberbarren in verschiedenen Größen.
5. Goldmünzen, egal ob einzelne oder ganze Sammlungen.