



dr. sc. **Majda Rijavec**

Vjerojatno će mnogi reći kako je to dobro i da su ljudi koji imaju više izbora u životu sretniji jer mogu odabrati ono što im odgovara, a ne živjeti onako kako ne žele jer nemaju drugog izbora. No, istraživanja američkog psihologa B. Schwartza pokazuju da stvari nisu tako jednostavne kao što na prvi pogled izgledaju.

Zašto mnogo mogućnosti izbora može biti problem?

Doista, zašto? Jasno je da ako želimo u matematičku gimnaziju a takve u našem gradu nema to predstavlja problem. Ali zašto bi bio problem ako u gradu egzistira desetak vrsta različitih srednjih škola? Jednostavno ćemo odabrati onu koju želimo i sve ostale jednostavno ignorirati.

To zvuči logično i kad je logika u pitanju točno je. Ali psihološki je nažalost netočno. Naime, više mogućnosti koje nam stoje na raspolaganju stvaraju problem koji moramo riješiti. Prisiljava nas da trošimo i vrijeme i energiju, često i kad su u pitanju trivijalne stvari (Koju od 500 vrsta kave na polici da kupimo? Koji tip televizora da odaberemo?). Mnogi ljudi počinju brinuti da će donijeti krivu odluku ako prije toga ne istraže pozitivne i negativne strane svake opcije koja ima stoji na raspolaganju. Odluku je ponekad vrlo teško donijeti jer različite opcije imaju različite pozitivne strane (Jedna škola mi se sviđa po programu ali gotovo svi moji prijatelji idu u drugu; a treća je potpuno informatički opremljena). Kad vidimo koliko različitih prednosti postoji naša očekivanja rastu i poželimo ih imati sve – iako to nije moguće. Tako što god odaberemo može se dogoditi da ne budemo zadovoljni i da krivimo sebe zbog loše donesene odluke. Mnogo uložene napora, mnogo privlačnih stvari koje nećemo dobiti, razočarenje i samooptuživanje – kombinacija koja definitivno ne vodi zadovoljstvu.

Ako u trgovini prodaju dvije vrste tra-perica i vi kupite jedne pa se ispostavi da

Sloboda izbora – sreća ili prokletstvo?

Osuđeni smo na slobodu

— J. P. Sartre



Ljudi u današnje vrijeme, a pogotovo oni koji žive u bogatijim društvima, imaju mnogo veću slobodu izbora nego što su to imali ljudi u prošlosti ili oni koji žive u siromaštvu. Možemo birati u kakvu ćemo školu ići, što ćemo studirati, kakav ćemo posao raditi, hoćemo li se oženiti ili ne, hoćemo li i koliko djece imati, a da ne govorimo o izboru različitih vrsta hrane, mjesta za godišnji odmor, vrsta odjeće, filmova, knjiga i sličnih stvari.

Svijet koji pokušavam razumjeti je onaj svijet u kojem ljudi misle kako žele neku stvar a onda kad je dobiju s iznenađenjem shvate da je ne žele ni približno toliko koliko su mislili ili je uopće ne žele i da u stvari žele nešto drugo, a da toga uopće nisu bili svjesni.

— Albert O. Hirschman

nisu baš savršene – to sigurno nije vaša greška. Kriv je netko drugi.

Ali ako u trgovini ima stotinu različitih modela a vi odaberete jedan pa se ispostavi da nije savršen – to je vaša greška.

Najbolje ili dovoljno dobro?

Velika mogućnost izbora poseban je problem za ljude koji misle da u svakom trenutku moraju odabrati ono najbolje, naročito ako se radi o važnim stvarima. U jednom istraživanju pratili su 600 tek diplomiranih mladih ljudi koji su krenuli u potragu za poslom. Neki od njih odlučili su tražiti najbolji posao dok su drugi izjavili da žele naći posao koji je dovoljno dobar. Oni koji su željeli pronaći najbolji posao prošli su kroz pravu

agoniju – jedan je bio na odličnoj lokaciji, drugi je bio najzanimljiviji, treći najbolje plaćen, četvrti je imao najbolje mogućnosti napredovanja, u petom su mogli pomagati ljudima a u šestom su imali priliku raditi s izuzetnim stručnjacima od kojih su mogli puno naučiti. Koji izabrati? Koji god posao da odaberu bili su svjesni što sve gube zato što nisu odabrali neki drugi. S druge strane, oni koji su tražili dovoljno dobar posao vrlo brzo bi se odlučili i onda prestali razmišljati o tome.

Kako su prošli jedni a kako drugi? Tko je prošao bolje? Oni koji su tražili najbolji posao prošli su materijalno bolje – njihova početna godišnja plaća bila je 7000 dolara veća. Ali to je imalo i svoju cijenu – bili su pesimističniji, pod većim stresom, umorniji, anksiozniji, više razočarani, frustrirani i depresivni nego oni koji su tražili (i našli) dovoljno dobar posao.

Ljudi koji previše razmišljaju prije negoli načine korak, provest će život na jednoj nozi.

— A. de Mello

Razumjeti perfekciju trijumf je ljudske inteligencije. Htjeti ju posjedovati najopasnija je vrsta ludila.

— Alfred de Musset

I što je još gore, bili su manje zadovoljni svojim poslom.

Dakle, oni koji su tražili najbolji posao bili su uspješniji, ali su oni koji su tražili dovoljno dobar posao bili zadovoljniji.

Što je previše, previše je

Negativni učinci prevelike mogućnosti izbora pokazali su se i u mnogim drugim područjima. Tako se u jednom istraživanju prodaja džema smanjila kada se u trgovini umjesto šest vrsta pojavili dvadeset i četiri. Kupcima je očito postao preveliki problem izabrati s kojim će džemom namazati svo-

ju jutarnju krišku kruha ili napuniti kiflice. Slično tome, studenti koji su za bolju ocjenu mogli napisati esej o jednoj od šest tema češće

su ga i napisali nego studenti kojima je bilo ponuđeno trideset tema.

Isti učinak se pojavio i u jednom drugom, mnogo ozbiljnijem području. Jedna kompanija odlučila je svojim radnicima ponuditi veći broj mirovinskih osiguranja. U početku ih je bilo manje i radnici su birali one koji ima najbolje odgovaraju. No, kako ih je kompanija uvodila sve više i više (želeći radnicima omogućiti veći izbor) njihova prodaja počela je opadati. Radnici su jednostavno – prestali birati.

Nemati dovoljno izbora u životu – može nas učiniti nezadovoljnima ili nesretnima. Ali to nam se isto tako može dogoditi i kad imamo previše izbora. Ako nam donošenje odluke donosi napetost i stres možda bi bilo mudro odustati od pokušaja da nađemo najbolje rješenje i odabrati ono koje je dovoljno dobro. To će nam vjerojatno uštedjeti mnogo brige i stresa. ■

NAZOVITE SVOG POSLOVNOG SAVJETNIKA

TELEFONSKI SAVJETI SAMO ZA PRETPLATNIKE

Tel. 01 - 49 21 740

PUTEM PIN-a / nalazi se na računu za pretplatu

Svakim radnim danom OD 9.00 DO 13.00 SATI