

Kalender der besseren Golfentscheidungen 2026

Innere Spielregeln für Platz und Alltag

Text: Jörg Palm

Warum lochen wir Par-Putts häufiger als Birdie-Putts? Eine große Studie mit über 2,5 Millionen Putts von Profi-Golfern hat gezeigt: Die Antwort hat nichts mit Technik zu tun, sondern mit einer „inneren Spielregel“, die uns unbewusst steuert. Wir fürchten Verluste stärker, als wir Gewinne genießen. Die Studie zeigt: Profis strengen sich mehr an und gehen größere Risiken ein, um einen Verlust (das Bogey) zu vermeiden.

Die Forscher kamen sogar zu dem Schluss, dass Tiger Woods in seinen besten Jahren rund eine Million Euro mehr Preisgeld gewonnen hätte, wenn er diese Regel gekannt und umtrainiert hätte. Das Denkmuster dahinter bezeichnet die Entscheidungsforschung als Verlustaversion. Die Verlustaversion beeinflusst unsere Entscheidungen und unser Handeln nicht nur auf dem Golfplatz, sondern auch im Alltag.

Forschung trifft Fairway

Genau hier setzt der Kalender der guten Golfentscheidungen 2026 an. Monat für Monat bringt er Erkenntnisse aus der Entscheidungsforschung direkt aufs Fairway. Was Psychologen wie der Nobelpreisträger Daniel Kahneman und Amos Tversky in Experimenten gezeigt haben – oder Forscher wie Devin Pope und Maurice Schweitzer in ihrer berühmten Putt-Studie – wird so für Golferinnen und Golfer erlebbar: innere Spielregeln, die unser Handeln unbewusst prägen. Ob mit einstelligem Handicap oder als Freizeitspieler – wer versteht, wie diese Mechanismen wirken, kann sein Spiel gezielt verbessern. Und das nicht nur auf dem Platz, sondern auch im Alltag.

Verlustaversion im Juni

Das Konzept des Kalenders zeigt sich exemplarisch im Juni am Thema Verlustaversion. Die Tiger-Woods-Story wird auf einer Abschlagtafel erzählt – im Motiv eingebettet in ein Fairway. Dafür waren der Autor und der Fotograf Raphael Michalek aus Langenhagen einen Tag auf den Fairways des Golfclubs Langenhagen unterwegs, um die passenden Aufnahmen für den Kalender zu machen.

Auf der Rückseite des Kalenderblatts folgt die Vertiefung: Dort wird das Denkmuster erklärt und deutlich gemacht, wie es nicht nur unser Spiel auf dem Platz beeinflusst, sondern auch Entscheidungen jenseits des Golfplatzes – etwa im Bereich Gesundheit, Finanzen oder unternehmerischer Weichenstellungen.

Mehr als Golf

Der Kalender zeigt insgesamt zwölf solcher Denkmuster – Monat für Monat ein Aha-Moment. Und er bleibt nicht beim Golf: Wer die inneren Spielregeln versteht, trifft bessere Entscheidungen – im Beruf, in der Familie oder bei Gesundheitsfragen. Golf wird so zur Trainingsarena fürs echte Leben.



Ein Jahr voller Impulse

Jedes Kalenderblatt liefert einen Denkanstoß, der sich sofort ausprobieren lässt – auf der Runde, beim nächsten Turnier oder am Schreibtisch.

Ein schöner Nebeneffekt: Über das Jahr hinweg entdeckt man ganz nebenbei die Fairways des Golfclubs Langenhagen im Golfpark Hainhaus. Der Autor dankt dem Club ausdrücklich dafür, dass er seine Anlage als Kulisse für den Kalender zur Verfügung gestellt hat.

Der Kalender kann über die Website des Autors angesehen und bestellt werden: peter-jungblut.com.

Die Verlustaversion

An einen Par-Putt gehen wir mental ganz anders heran – mit voller Konzentration, weil ein Fehlschlag als echter Verlust empfunden wird. Beim Birdie-Putt fehlt dieses Bewusstsein: Es droht ja kein Verlust, wenn wir „nur“ ein Par spielen. Und genau deshalb lochen wir ihn seltener.

Im Alltag wirkt dieselbe Regel, wenn Menschen Aktien zu früh verkaufen, nur um Verluste zu vermeiden – oder wenn sie einen neuen Job nicht annehmen, weil der Verlust des Gewohnten emotional drückender erscheint als die freudige Erwartung des möglichen Gewinns an Verantwortung und Gestaltungsmöglichkeiten.