

## **Exercițiu: Deciziile au Consecințe**

În decursul fiecărei zi, luăm mii de decizii. Multe sunt ușoare, însă altele sunt complexe, stresante sau ambele. Deoarece există atât de multe decizii care au un impact dramatic asupra rezultatelor, costurilor, timpului, sentimentelor și relațiilor, modul în care luăm decizii este extrem de important. Acesta este motivul pentru care luarea deciziilor este o prioritate absolută atunci când lucrăm cu clienții. Dar cum putem lua deciziile dificile? Uneori, o decizie nu poate fi luată datorită mai multor factori:

- Ne este teamă de a face o alegere greșită.
- Nu știm ce consecințe va avea decizia.
- Avem prea multe informații complexe și nu știm care sunt relevante.
- Nu suntem obișnuiți să luăm decizii importante în fiecare zi.

O metodă bazată pe notarea ideilor este eficientă dacă aveți deja un obiectiv clar și trebuie să cântăriți opțiunile pentru a-l atinge, deoarece vă ajută să analizați modul în care poate fi redus impactul negativ pe care fiecare decizie îl poate avea. Prin urmare, această metodă este potrivită și pentru deciziile care necesită mai mult decât un simplu da sau nu. Vizualizarea fiecărei opțiuni în scris oferă mai multă structură procesului dvs. de gândire, ajutând la menținerea deciziei.

Pentru acest exercițiu, ar trebui să planificați cel puțin 20 de minute. Mai mult, părerile oferite de către colegi sau prieteni cu privire la rezultatul dvs. reprezintă un element constructiv.

1. Identificați pașii procesului decizional. De exemplu:

- Descrieți problema dvs.
- Clarificați obiectivul: ce doriți să realizați prin decizia dvs. și de ce?
- Descrieți opțiunile dvs.
- Descrieți consecințele fiecărei opțiuni, atât pozitive, cât și negative.
- Evaluați probabilitățile: există unele consecințe care sunt mai susceptibile să apară decât altele, luarea deciziilor dvs. trebuie să fie în strânsă legătură cu acest lucru.
- Prioritizați: după descrierea rezultatelor posibile, evaluați impactul mare cât și cel scăzut al consecințelor.
- Evaluează consecințele și ia decizia.

(Sau urmați cei 8 pași pentru a lua o decizie bună [LINK] în exercițiul anterior.)



2. Identificați și explicați factorii care pot afecta procesul decizional și oferiți exemple de decizii care au fost influențate de unul sau mai mulți dintre acești factori (de exemplu, valorile economice, sociale, personale etc.).
3. Identifică și explică strategiile de luare a deciziilor pe care le-ai folosit în trecut, și oferă exemple din situațiile respective.
4. Identificați modul în care strategiile au funcționat / nu au funcționat. Ce factori ar fi putut influența alegerea strategiilor?
5. Ce consecințe a avut acest lucru?

Acum, aplicați abilitățile de luare a deciziilor:

- Identificați trei decizii pe care încercați să le luați (de exemplu, luarea unei pauze, mutarea dintr-o casă în alta, cumpărarea unei mașini, schimbarea locului de muncă etc.).
- Aplicați strategia dvs. de luare a deciziilor la fiecare dintre aceste decizii.
- Analizați deciziile: ce consecințe vor avea deciziile?



Defoin

Die

I&F  
INSTRUCTION & FORMATION

