

Geleceğimizi yaşam koşulları kadar verdiğimiz kararlar da etkiler. İstersek bir şeyleri değiştirmenin mutlaka bir yolu vardır.

Karar Vermek Nedir?

Çeşitli kararlar arasında en doğru secimi yapabilmek için neler yapabileceğimizi bilmek ve uygulayabilmektir.

Karar kelimesi sözlüklerde "bir iş veya sorun hakkında düşünülerek verilen kesin yargı" olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımdaki dikkat çekici nokta kararın bir "düşünme" süresi sonunda oluşmasıdır. Bir başka deyişle "düşünülmeden" hareket etmek karar almak değildir...

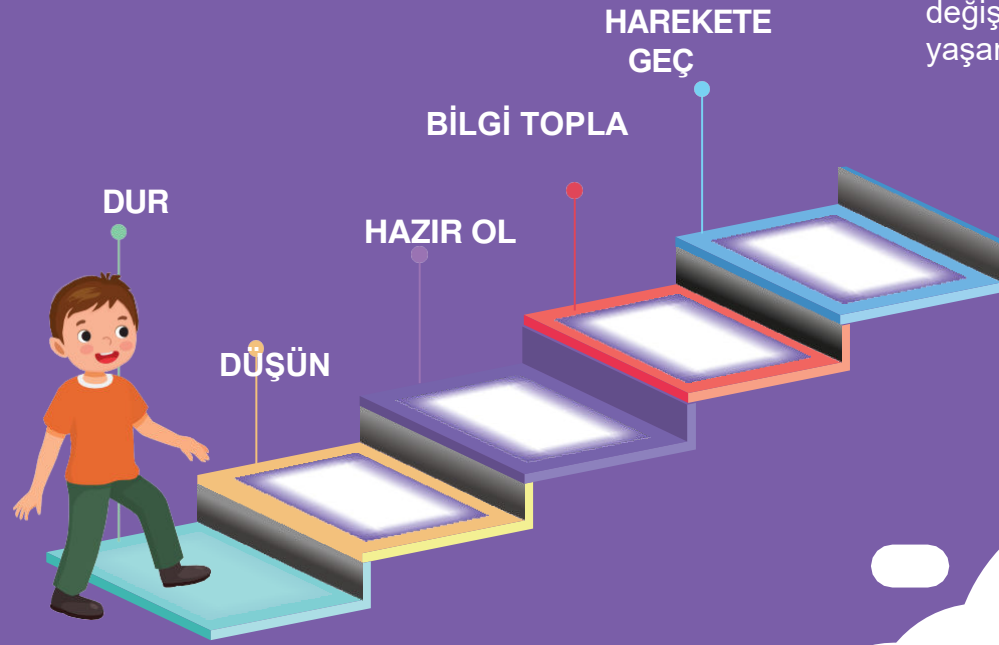
Kararlarımız hayatımızı nasıl etkiler?

- ✓ Geleceğimizi, başarılarımızı, genellikle mutluluk ve mutsuzluklarımızı alacağımız kararlar belirler.
- ✓ Bugünkü yaşantılarımız, geçmişte aldığımız kararlarımızın bir sonucudur.
- ✓ Uygun zamanda, uygun yerde, uygun davranışlar sergiliyorsak, bu doğru kararlar aldığımızı gösterir.
- ✓ Aldığımız bir karar bazen yaşantımızı tümüyle değiştirebilir. Bu nedenle kararlarımız yaşantımızda önemli yer tutarlar.

Veli
BÜLTENİ

KARAR VERME

BAĞLUM MESLEKİ VE
TEKNİK ANAOLDU LİSESİ



KARAR VERME BECERİLERİNİN AŞAMALARI

SANA EN FAZLA YARARI VE EN AZ ZARARI OLABİLECEK SEÇENEĞİ BELİRLE VE UYGULA.



Karar Vermeyi Engelleyen Nedenler ?



KARAR VERME BECERİLERİNİN AŞAMALARI

1.AŞAMA: Tanımlama

İlk adım olarak karar vereceğiniz konuda belirsizlikleri olabildiğince azaltmak gerekir. Neyi değiştirmek istiyorsunuz, alacağınız kararlarla ilgili olan kişiler varsa onları da not edin. Neler olduğunu, ne dediğinizi, ne düşündüğünüzü, hissettiğinizi veya yaptığınızı, diğer kişilerin neler yaptıklarını yazın. Neyin kararını alacaksınız, nasıl bir sonuç istiyorsunuz, ideal çözüm nedir?

2. AŞAMA: Seçenekler

Alacağınız karar ile ilgili tüm olasılıkları yazın. Başkalarının fikrini alabileceğiniz bir konuya, onlara da danışın ve onların fikirlerini de yazın. Listenizi çıkardıktan sonra her seçeneğin olumlu ve olumsuz yanlarını yazın.

3. AŞAMA: Karar Vermek

Bir önceki aşamada sıraladığınız seçeneklerden hangisini ilk olarak denemek istediğinize karar verin. Bunun tek seçenek olmadığını sadece ilk seçeneğiniz olduğunu unutmayın. İsterseniz sonradan fikrinizi değiştirip farklı bir seçeneği uygulayabilirsiniz. Mümkün olduğunca, en çok istediğiniz seçenektan başlayın.

4.AŞAMA: Plan Yapmak



Bu kararınızı nasıl gerçekleştireceğinizi belirleyin. Nelere ihtiyacınız var, neler sizi engelleyebilir. Neler yapacağınıza karar verin ve uygulayın. Somut kararlar alın ve bir plan yapın. Aldığınız kararlar gerçekleştirebileceğiniz düzeyde olsun, ne çok basit nede zor olmasın.

5.AŞAMA: Değerlendirmek

Bu aşamada neler olduğuna karar verin. İlk önce ne konuda karar vereceğinizi belirlediniz, daha sonra bu konuda yapılabilecekleri seçenekler halinde sıralayıp, avantaj ve dezavantajlarını yazdınız. Seçeneklerden birini seçip, uyguladınız. Sonuç ne oldu? Unutmayın bu ilk seçeneğinizdi eğer başarısız olduysanız diğer seçenekleri değerlendirebilirsiniz.

Geçmişimiz geleceğimiz değildir.

Herhangi bir zamanda yeni bir karar alarak yaşamımızı değiştirebiliriz.



NELER YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZUN;

- Ergenlikteki değişimleri anlamasına
- Gerçekçi hedefler koymasına
- Güçlü ve zayıf yönlerini tanımasına
- Nasıl başarılı olabileceğini bilmesine
- Arkadaşlarıyla ve yetişkinlerle iş birliği yapabilmesine
- Akranları ve diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler geliştirmesine
- Gelecek ile ilgili gerçekçi planlar yapmasına
- Kapasitesine uygun hedefler belirlemesine
- Alternatifler yaratmasına
- Duyularını ortama göre uygun şekilde ifade etmesine
- Kaygı, stres vb durumlarla ile başa çıkabilmek için uygun yöntemler bulmasına
- Özel zaman ile çalışma zamanı arasındaki ayrımı yapmasına
- Etrafındaki farklılıklara ve ortak yönlere saygı duymasına
- Uygun karar alabilme becerisi kazanmasına
- Problem çözebilme becerisini kazanmasına
- Yaratıcı düşünme becerisi kazanmasına
- Öğrenmeye karşı istekli olmasına

YARDIMCI OLUN...