

## Cum decidem în alegerea carierei

Nu fiecare persoană tinde să ia decizii importante în același fel. Aceasta reflectă stilul său propriu de a lua decizii. Stilurile decizionale au eficiență diferită în funcție de conținutul deciziei. Ne bazăm pe intuiție, de exemplu când alegem ce să ne jucăm în timpul liber. Pentru deciziile ce au implicații pe termen lung, ca de exemplu alegerea liceului sau a profesiei, stilul rațional s-a dovedit cel mai eficient.

### Schema etapelor deciziei

#### 1. Definirea deciziei. Identificarea alternativelor

- ✓ Despre ce fel de decizie este vorba?
- ✓ De ce am ales această decizie?
- ✓ Ce a facilitat luarea acestei decizii?
- ✓ Ce alternative posibile am identificat?

#### 2. Explorarea și evaluarea alternativelor existente.

- ✓ Care sunt abilitățile, aptitudinile, interesele și atitudinile mele care sunt importante pentru această decizie?
- ✓ Ce informații am despre această alternativă de carieră?
- ✓ Care sunt persoanele sau situațiile care pot influența decizia?

#### 3. Planul de carieră

- ✓ Cum mă gândesc să pun în aplicare decizia?
- ✓ Ce scopuri îmi stabilesc?

#### 4. Implementarea deciziei

- ✓ Cum a funcționat punerea în practică a planului?
- ✓ Au apărut dificultăți?

#### 5. Reevaluarea deciziei

- ✓ Am avut destule informații despre alternativele pe care le-am identificat? Am evaluat bine aceste informații?
- ✓ Am ales alternativa potrivită?
- ✓ A fost bine stabilit planul meu?
- ✓ A mers totul bine când am pus planul în practică?
- ✓ Ce a putea optimiza pe viitor?

### Chestionar de identificare a stilului de decizie

1. Când iau decizii tind să mă bazez pe intuiția mea.
2. De obicei nu iau decizii importante fără să mă consult cu alții oameni.
3. Când iau o decizie este mai important să simt că decizia este corectă.
4. Înainte de a lua decizii verific de mai multe ori sursele de informație pe care mă bazez.
5. În cont de sfaturile altor oameni atunci când iau decizii importante.
6. Amân luarea deciziilor pentru că mă nelinițește să mă gândesc la ele.
7. Iau decizii într-un mod logic și sistematic.
8. Când iau decizii fac ceea ce mi se pare potrivit pe moment.
9. De obicei iau decizii foarte rapid.
10. Prefer să fiu ghidat de altcineva când trebuie să iau decizii importante.
11. Am nevoie de o perioadă mare de gândire atunci când iau o decizie.
12. Când iau o decizie am încredere în sentimentele și reacțiile mele.
13. Opțiunile pe care le iau în considerare atunci când decid sunt ghidate de scopurile mele.
14. Iau decizii numai sub presiunea timpului.
15. Adesea iau decizii în mod impulsiv.
16. Când iau decizii mă bazez pe instinct.
17. Amân să iau decizii cât de mult pot.
18. Iau rapid decizii.
19. Dacă am sprijinul altora mi-e mai ușor să iau decizii.
20. În general analizez care sunt dovezile pro și contra când iau o decizie.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Adevărat																				
Fals																				

## Grila “de cotare” a răspunsurilor

STILUL DECIZIONAL	ITEMII CORESPUNZĂTORI STILULUI
Stilul rațional	4, 7, 13, 20
Stilul dependent	2, 5, 10, 19
Stilul evitativ	6, 11, 14, 17
Stilul intuitiv	1, 3, 12, 16
Stilul spontan	8, 9, 15, 18

### Caracteristici definitorii ale stilurilor decizionale

STILUL DECIZIONAL	CARACTERISITICI	EXEMPLE
<i>Stilul rațional</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Utilizează o abordare logică și organizată în luarea de decizii;</li> <li>❖ Elaborează planuri minuoase pentru punerea în practică a deciziei luate;</li> </ul>	“Am luat decizia după ce am cântărit bine toate alternativele”
<i>Stilul dependent</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se bazează sfaturile, sprijinul și îndrumarea din partea altora în luarea de decizii;</li> <li>❖ Consideră ajutorul celor apropiați este indispensabil în luarea deciziei;</li> </ul>	“Ceilalți tuu cel mai bine ce e potrivit pentru mine”
<i>Stilul evitativ</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Amână / sau evită luarea unei decizii;</li> </ul>	“Acum nu e momentul potrivit să iau această decizie”
<i>Stilul intuitiv</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se concentrează pe intuiții și impresii în luarea unei decizii;</li> <li>❖ Nu caută dovezi pentru argumentarea unei decizii;</li> </ul>	“Am făcut așa pentru că am simțit eu că e mai bine”
<i>Stilul spontan</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Iau decizii sub impulsul momentului, rapid și fără prea multe deliberări.</li> </ul>	“Am luat decizia rapid și fără să mă gândesc prea mult”