



«ΤΡΟΠΟΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ»

Το ψυχομετρικό εργαλείο «**Τρόπος Λήψης Απόφασης**», κατά HOLLAND, μπορεί να δώσει μια ολοκληρωμένη και περιεκτική εικόνα στον τρόπο λήψης μιας απόφασης κάθε ατόμου (*Ορθολογικός, Διαισθητικός, Εξαρτημένος τύπος Λήψης Απόφασης*). Στόχος είναι να εντοπιστεί η αιτία λήψης απόφασης που επηρεάζει τις επιλογές του κάθε ατόμου με απώτερο σκοπό την επιλογή της πιο σωστής κατά περίπτωση Απόφασης.

«ΤΡΟΠΟΣ ΛΗΨΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ»

Η λήψη μιας απόφασης μπορεί να οριστεί ως η γνωστική διαδικασία, η οποία έχει ως αποτέλεσμα την επιλογή μιας σειράς ενεργειών ανάμεσα σε διάφορα εναλλακτικά σενάρια. Η μορφή της λήψης απόφασης μπορεί να είναι διανοητικής ή συναισθηματικής φύσεως, λογική ή παράλογη.

Τι είναι η λήψη αποφάσεων

Μια λογική λήψη απόφασης περιλαμβάνει την αναγνώριση του προβλήματος, την παραγωγή πολλαπλών πιθανών λύσεων για το πρόβλημα, την επιλογή της λύσης που θεωρείται πιο ικανή να λύσει το πρόβλημα, την εφαρμογή της λύσης και την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της.

- * Η Απόφαση είναι μια διαδικασία που οδηγεί σε κάποιο αποτέλεσμα και δεν αποτελεί απλώς τη στιγμή της επιλογής.
- * Η διαδικασία κατά την οποία το άτομο επιλέγει μεταξύ δύο ή περισσότερων άνισων εναλλακτικών λύσεων για να λύσει κάποιο άμεσο ή μακροπρόθεσμο πρόβλημα του ή για να εκμεταλλευτεί μια άμεση ευκαιρία ονομάζεται “Λήψη αποφάσεων”.

Γιατί είναι τόσο σημαντική η μελέτη της

Έχοντας αυτά στο νου μας, χρειάζεται να κατανοήσουμε τον τρόπο λήψης αποφάσεων που ακολουθούμε συχνότερα και πώς αυτός επηρεάζει το τελικό αποτέλεσμα.

- * Αποτελεί προοίμιο κάθε δράσης σε όλους τους τομείς και κατά συνέπεια και στον επαγγελματικό.
- * Κατά την επιλογή σταδιοδρομίας αποτελεί ένα από τα σπουδαιότερα θέματα στο χώρο της επαγγελματικής συμβουλευτικής και της συμβουλευτικής ψυχολογίας (Kelly&Lee,2002)
- * Εξελίσσεται δυναμικά και διαφοροποιείται μέσω της συνεχούς μάθησης και της απόκτησης εμπειρίας (skill)
- * Αποτελεί προϋπόθεση της δια βίου μάθησης και επαγγελματικής εξέλιξης η οποία συνδέεται με την απόκτηση ταυτότητας σταδιοδρομίας.

Παράγοντες που επηρεάζουν το άτομο στη λήψη αποφάσεων

Υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορούν να επηρεάσουν τον τρόπο που κάθε άτομο παίρνει αποφάσεις. Κάθε άτομο ενεργεί διαφορετικά επηρεαζόμενο από:

- * Τα προσωπικά χαρακτηριστικά: Βιολογικά και επίκτητα (αξίες, κίνητρα, βαθμός αυτογνωσίας)
- * Τους περιβαλλοντικούς παράγοντες: Οικονομικοί, επαγγελματικοί, εκπαιδευτικοί, θρησκευτικοί, κ.ά.
- * Τους παράγοντες που σχετίζονται με την απόφαση: Ποιότητα και ποσότητα πληροφορίας, ο βαθμός ρίσκου, η πίεση χρόνου, οι πιθανές συνέπειες κ.ά.

Τεστ λήψης απόφασης

Κατανοώντας το προσωπικό στυλ λήψης απόφασης, είναι δυνατό να κάνετε προσαρμογές, σύμφωνα με την κατάσταση και τα αποτελέσματα, για τα οποία προσπαθείτε. Οι δυναμικές αποφάσεις απαιτούν την ικανότητα αξιολόγησης της κατάστασης, καθορισμού του καλύτερου τρόπου και χρήσης εκείνου που θα μας δώσει την καλύτερη θετική λύση. Αυτές αποτελούν «ηγετικές» δεξιότητες που θα σας ωφελήσουν τόσο προσωπικά, όσο και επαγγελματικά. Το συγκεκριμένο τεστ:

- * Αναγνωρίζει τις στάσεις και τα πιστεύω του ατόμου που επηρεάζουν τις επιλογές του και τη διαδικασία λήψης απόφασης τόσο στην προσωπική του ζωή όσο και στο χώρο εργασίας
- * Ερευνά τις προσδοκίες που χαρακτηρίζουν αυτή τη διαδικασία.
- * Δε μετράει χαρακτηριστικά προσωπικότητας, αλλά σε συνδυασμό με κάποιο αντίστοιχο τεστ, μπορεί να δώσει μια ολοκληρωμένη και περιεκτική εικόνα του ατόμου.

1. Ερωτηματολόγιο «Τρόπος λήψης απόφασης»

Με το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο προσδιορίζουμε τον τρόπο με τον οποίο συνήθως παίρνουμε τις σημαντικές αποφάσεις της ζωής μας. Δεν υπάρχει σωστός ή λάθος τρόπος, υπάρχει ο δικός μας τρόπος. Μια σημαντική απόφαση θα μπορούσε να είναι: Να προτιμήσω τη δουλειά Α ή τη δουλειά Β;

Στη συνέχεια απαντήστε με **ΝΑΙ** μόνο στις προτάσεις που συμφωνείτε.

Ερωτήσεις	Ναι	Όχι
1. Όταν πρόκειται να πάρω μια απόφαση είμαι πολύ μεθοδικός.		
2. Συχνά παίρνω μια απόφαση που είναι σωστή για μένα, χωρίς ωστόσο να ξέρω γιατί την πήρα.		
3. Όταν παίρνω μια απόφαση, είναι σημαντικό για μένα να ξέρω ποια είναι η άποψη της οικογένειας, των φίλων μου.		
4. Σπάνια παίρνω μια απόφαση, χωρίς προηγουμένως να έχω συγκεντρώσει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες.		
5. Ακόμη και τις σπουδαίες αποφάσεις τις παίρνω πολύ γρήγορα.		
6. Προκειμένου να πάρω μια απόφαση, θέλω να έχω κάποιον να με καθοδηγεί προς τη σωστή κατεύθυνση.		
7. Όταν παίρνω μια απόφαση, λαμβάνω υπόψη μου τις συνέπειές της στις μελλοντικές μου αποφάσεις.		
8. Όταν παίρνω μια απόφαση, απλώς εμπιστεύομαι τα συναισθήματά μου και τις εσωτερικές μου αντιδράσεις.		
9. Μου είναι πραγματικά πολύ δύσκολο να πάρω σημαντικές αποφάσεις χωρίς βοήθεια.		
10. Όταν πρέπει να πάρω μια απόφαση, τη σκέφτομαι πολύ προσεκτικά.		
11. Συχνά αποφασίζω για κάτι, χωρίς να το μελετήσω και να συγκεντρώσω πληροφορίες.		
12. Συχνά παίρνω αποφάσεις βασιζόμενος στο τι σκέπτονται οι άλλοι και όχι στο τι πραγματικά θα ήθελα εγώ.		

Ερωτήσεις	Ναι	Όχι
13. Όταν πρόκειται να πάρω μια απόφαση, αρχίζω να την σκέφτομαι πολύ καιρό πριν, ώστε να έχω το χρόνο να σχεδιάσω προσεκτικά τις ενέργειές μου.		
14. Όταν πρόκειται να πάρω μια απόφαση, δεν την εξετάζω. Είναι σα να βρίσκεται η απάντηση κάπου μέσα στο μυαλό μου και ξαφνικά ξέρω τι πρέπει να κάνω		
15. Σπάνια παίρνω μια απόφαση χωρίς να έχω μιλήσει προηγουμένως με τον καλύτερο φίλο μου ή την οικογένεια.		
16. Προτού αποφασίσω, συνήθως διασταυρώνω τις πληροφορίες μου, ώστε να είμαι βέβαιος ότι είναι σωστές.		
17. Όταν πρόκειται να αποφασίσω για κάτι, συνήθως χρησιμοποιώ τη φαντασία μου για να δω πώς θα νιώθω αφού θα έχω πάρει την απόφαση.		
18. Πολλές αποφάσεις μου τις αναβάλλω, γιατί όταν ασχολούμαι επίμονα με αυτές καταλαμβάνομαι από νευρικότητα.		
19. Προτού να κάνω κάτι σημαντικό, φτιάχνω με προσοχή ένα πρόγραμμα δράσης.		
20. Για τις περισσότερες αποφάσεις που παίρνω δεν υπάρχει λογική αιτία.		
21. Νομίζω πως χρειάζομαι πολλή ενθάρρυνση και ψυχολογική στήριξη από τους άλλους, προκειμένου να πάρω μια απόφαση.		
22. Δεν παίρνω αποφάσεις βιαστικά, γιατί θέλω να είμαι σίγουρος ότι αποφασίζω σωστά.		
23. Παίρνω αποφάσεις τελείως αυθόρμητα, ακολουθώντας το ένστικτό μου.		
24. Δεν παίρνω αποφάσεις που μπορεί να με κάνουν δυσάρεστο στον άλλον.		
25. Συνήθως θεωρώ κάθε μία από τις αποφάσεις μου ως ένα βήμα προς ένα τελικό στόχο.		
26. Συνήθως παίρνω αποφάσεις βασιζόμενος στο πώς είναι τώρα τα πράγματα στη ζωή μου και όχι στο πώς θα είναι στο μέλλον.		
27. Δεν έχω μεγάλη εμπιστοσύνη στην ικανότητά μου να παίρνω σωστές αποφάσεις, γι' αυτό συνήθως στηρίζομαι στις απόψεις των άλλων.		
28. Προτού πάρω μια απόφαση θέλω να μαθαίνω όσα περισσότερα γίνεται για τις πιθανές συνέπειές της.		
29. Μια απόφαση είναι σωστή για μένα, εφόσον με ικανοποιεί συναισθηματικά.		
30. Συνήθως δεν έχω μεγάλη εμπιστοσύνη στις αποφάσεις μου, παρά μόνο αν με βοηθήσουν οι φίλοι μου ή η οικογένεια να τις πάρω.		

Βαθμολογήστε μόνο τις προτάσεις στις οποίες απαντήσατε **ΝΑΙ**.

Δώστε μία **(1) μονάδα** σε κάθε **ΝΑΙ**, ομαδοποιώντας τις παραπάνω προτάσεις ως εξής και αθροίστε τις:

1.	Ορθολογικός τρόπος: 1,4,7,10,13,16,19,22,25,28	
2.	Διαισθητικός τρόπος: 2,5,8,11,14,17,20,23,26,29	
3.	Εξαρτημένος τρόπος: 3,6,9,12,15,18,21,24,27,30	

2. Ερμηνεία αποτελεσμάτων

Αφού βγάλετε τα σύνολα προσδιορίστε στη συνέχεια, αν είστε πρωταρχικά ορθολογικός, διαισθητικός ή συναισθηματικός τύπος στη λήψη απόφασης ή αν χρησιμοποιείτε ένα

συνδυασμό των τρόπων. Η υψηλότερη βαθμολογία δείχνει ότι τείνετε να παίρνετε αποφάσεις με τον αντίστοιχο τρόπο, ο οποίος σας αντιπροσωπεύει.

α) Ορθολογικός τύπος:

Το άτομο αυτό αντιλαμβάνεται ότι οι αποφάσεις έχουν συνέπειες, γι' αυτό φροντίζει να είναι καλά πληροφορημένο και να κατανοεί απόλυτα κάθε απόφασή του.

Σύνολο.....

- * Γνώση προβλήματος
- * Συγκέντρωση πληροφοριών
- * Παραγωγή εναλλακτικών λύσεων
- * Αξιολόγηση εναλλακτικών επιλογών και δέσμευση με μία επιλογή.
- * Εφαρμογή
- * Διαρκής αξιολόγηση της απόφασης

β) Διαισθητικός τύπος:

Το άτομο αυτό αντιλαμβάνεται ότι οι αποφάσεις έχουν συνέπειες, αλλά τείνει να τις παίρνει συναισθηματικά, χωρίς να τις κατανοεί και να παίρνει τις απαραίτητες πληροφορίες.

Σύνολο.....

- * Αυθόρμητες αποφάσεις
- * Λίγες πληροφορίες και χρόνος για την εκτίμησή τους
- * Σημασία στο συναίσθημα
- * Αποτελεσματικός τρόπος για επείγουσες καταστάσεις
- * Ελάχιστη πρόβλεψη του μέλλοντος

γ) Εξαρτημένος τύπος:

Το άτομο αυτό δεν αντιλαμβάνεται ότι οι αποφάσεις έχουν συνέπειες και τείνει να κάνει τις επιλογές του βασιζόμενο στις επιθυμίες των άλλων.

Σύνολο.....

- * Άρνηση προσωπικής ευθύνης
- * Φόβος προσωπικής επιλογής
- * Εξοικονόμηση χρόνου
- * Χρήσιμος τρόπος για ζητήματα μικρής σημασίας
- * Ανάθεση προσωπικών αποφάσεων σε τρίτους