

Citiți lecția din manual: *Luarea deciziilor*, notați schița lecției pe caiete și rezolvați fișele de lucru.

Luarea deciziilor

1. Alegeri și decizii

- de-a lungul vieții facem nenumărate alegeri (ce mâncăm, cu ce ne îmbrăcăm, cu ce ne deplasăm, ce citim, ce vizionăm, unde vom locui, ce relații vom avea, ce stil de viață vom adopta sau ce carieră vom urma), determinate de scopurile propuse, de informațiile, dar și de resursele de care dispunem, de ceea ce simțim și de valorile noastre;
- decizia reprezintă un act de alegere dintre mai multe opțiuni posibile, în urma examinării unei situații problematice, cu scopul de a atinge un obiectiv sau de a rezolva o problemă;
- unele decizii le luăm repede, pe altele mai greu, dar când avem de luat decizii importante, legate de siguranța personală, de educație, de profesie și de viață în general, este necesar să le acordăm mai mult timp pentru reflecție.
- deciziile pot fi clasificate în funcție de următoarele criterii:
 - a. Domeniul căruia îi aparțin alternativele: social, relațional, educație și carieră;
 - b. Sfera de cuprindere: globale și parțiale;
 - c. Timpul disponibil: în care avem răgaz de gândire sau suntem în criză de timp;
 - d. Durata de aplicare: pe termen scurt, mediu și lung;
 - e. Importanța obiectivului vizat: minore și majore.

2. Cum luăm o decizie?

- procesul de luare a unei decizii este unul complex și presupune parcurgerea unor etape succesive, comune indiferent de tipul deciziei:
 - a. Definirea și identificarea problemei/situației;
 - b. Analiza problemei: adunăm cât mai multe informații;
 - c. Generarea de soluții alternative;
 - d. Analiza consecințelor: aprecierea consecințelor și a beneficiilor pentru fiecare alternativă;
 - e. Luarea deciziei: transpunerea planului în acțiune.
- fiecare dintre noi tinde să ia deciziile într-un anumit fel, iar acest aspect reiese și din stilul decizional predominant al fiecăruia.
- cele mai cunoscute stiluri decizionale sunt următoarele:
 - a. Stilul rațional: urmează logica și decide după ce cântărește bine toate alternativele;
 - b. Stilul intuitiv: decide în funcție de ceea ce simte în momentul respectiv;
 - c. Stilul spontan: decide rapid, fără a analiza situația prea mult, de teama grijilor ce pot apărea;
 - d. Stilul dependent: decide în funcție de părerea celorlalți, de teama regretelor legate de decizie;
 - e. Stilul evitant: amână și/sau evită luarea deciziilor.
- atunci când urmează să luăm decizii este important să avem în vedere caracteristicile, valorile, interesele și aptitudinile noastre și să fie în acord cu viziunea de viață pe care ne-am creat-o.

Pentru o mai bună înțelegere a subiectului studiat vizionați următoarele videoclipuri:

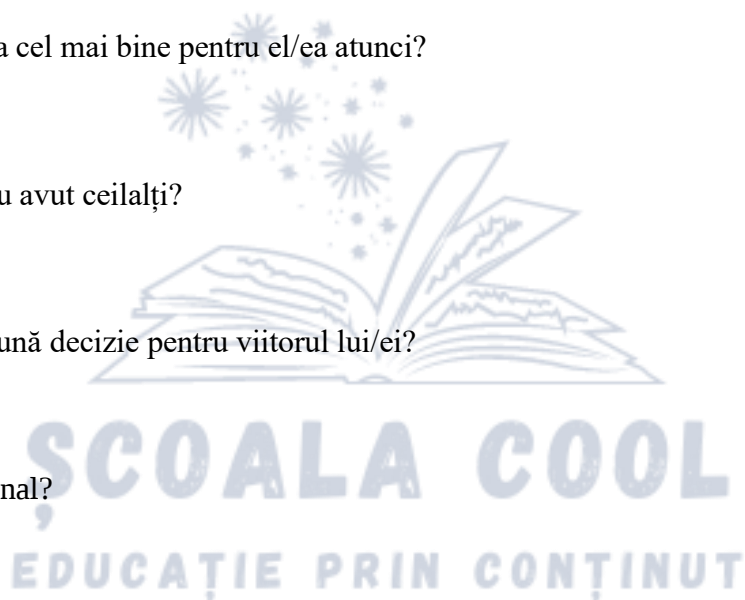
https://www.youtube.com/watch?v=K9yDyl_LX4E

https://www.youtube.com/watch?v=_B-yJG1jPOI

Fișă de lucru: *Luarea deciziilor*

Discutați cu un adult din viața voastră și identificați împreună care au fost deciziile importante din viața sa în ceea ce privește cariera, relațiile cu ceilalți, timpul liber și învățarea. Folosiți-vă de întrebările de mai jos pentru a obține cât mai multe informații. La final, scrieți, în maxim 100 de cuvinte, ce ați învățat din această experiență.

1. Care au fost opțiunile?
2. Ce a considerat că era cel mai bine pentru el/ea atunci?
3. Ce punct de vedere au avut ceilalți?
4. Care părea cea mai bună decizie pentru viitorul lui/ei?
5. Ce decizie a luat în final?
6. Au existat momente în care s-a răzgândit?



BIBLIOGRAFIE:

1. Ipate-Toma, Cristina, Iordănescu, Valeria, Bălcău, Ștefania, Gheorghe, Mariana Carmen, Badea, Ana-Maria, Grigore, Adina *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Ars Libri, Argeș, 2025.
2. Columban, Monica H., Kudor, Dorina, Sfirlea, Lenuța, Talaș, Dorina-Anca, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Art Klett, București, 2025.
3. Popescu-Argetoia, Oana, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Booklet, București, 2025.
4. Barbu, Daniela, Boca, Cristiana Ana-Maria, Călineci, Marcela Claudia, Ciohodaru, Elena, Mitrofan, Luminița Doina, Oancea, Ana-Maria, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura CD Press, București, 2025.
5. Pânișoară, Ion-Ovidiu (coordonator), Iliescu, Dragoș, Cristea, Sorin, Pescaru, Adina Florentina, Ghiță, Cristina Marina, Cezar, Ion Bogdan, Bianu, Gina Costișanu, Peleașă, Steluța, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Corint Books, București, 2025.
6. Neagu, Nicoleta Mihaela, Balan, Gabriela, Scorțanu, Alexandrina, Aprodu, Diana Ecaterina, Stamatachi, Elena Anca, Bratu, Rodica, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Corint Logistic, București, 2025.
7. Popa, Simona Elena, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2025.
8. Bărbulescu, Gabriela, Beșliu, Gabriela, Gunea, Cristina Maria, Sima, Angelica, Sima, Elena-Cristina, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Litera, București, 2025.
9. Ciocâlțeu, Ioana Andreea, Radu, Mădălina, Stănculescu, Aurelia, Florea, Robert Florin, *Consiliere și dezvoltare personală: Manual pentru clasa a VIII-a*, Editura Paralela 45, București, 2025.

