

“OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME”

KARAR VERME BECERİSİ

ÖĞRENCİ BİLGİLENDİRME KİTAPÇIĞI



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 etme ya da konuşma karar almak değil, bir anlamda ezberlenmiş, otomatik tepkilerdir.

- Birey doğumundan ölümüne kadar geçen süre içinde sürekli olarak karar vermesini gerektiren problem durumlarıyla karşılaşmaktadır.

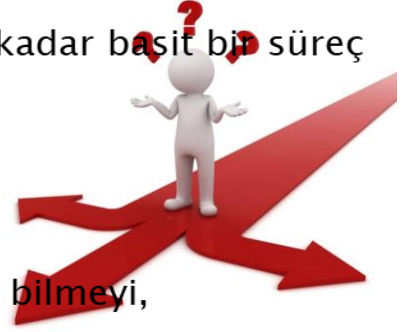


KARAR VERME BECERİSİ

Bazı insanlar günlük yaşamında karar vermeyi gerektiren bir durumla karşılaştığında kolayca karar veremez. Ne yiyeceğini, ne giyeceğini, nereye gideceğini saatlerce (bazen de günlerce) düşünür.

Bu kişilerin bir kısmında da verdiği kararın doğru olup olmadığı konusunun kafalarını sürekli meşgul ettiği görülür. Kararsızlık, hem kararsızlık yaşayan kişi için hem kararsız kişinin kararsızlığından etkilenen kişiler için çok yıpratıcı bir süreçtir.

- Her hangi bir konuda karar vermek görüldüğü kadar basit bir süreç değildir.
- Karar vermek;
 - Ne istediğini bilmeyi,
 - Kendini tanımayı,
 - İç isteklerini, gereksinimlerini, zorunluluklarını bilmeyi,
 - Dış koşulları değerlendirmeyi,
 - Sonuçları öngörebilmeyi gerektirir.



Bu süreçlerden her hangi birisinde yaşanan bir aksama kararsız kalma sonucu yaratır.

- Bir kişinin kararsızlık yaşayıp yaşamayacağını etkileyen en önemli etmen onun kişilik yapısıdır. Fakat kararsızlığın ortaya çıkma nedeni kişilik yapıları arasında büyük farklılıklar göstermektedir.
 - Kararsızlığı etkileyen konular arasında
 - Özgüven eksikliği,
 - Seçenekler arasından seçim yapamama,
 - Neyin, hangisinin önemli olduğuna karar verememe,
 - Ayrıntıya takılıp kalma,
 - Kararı karşıdakinin vermesini bekleme,
 - Karşıdakinin kıramama,
 - ‘Hayır’ diyememe,
 - Bilgi sahibi olmadığı bir konuyla karşı karşıya olma,
 - Karşıdakinin baskın tutumu,
 - Her türlü kararın olumsuz sonuçlar içermesi sayılabilir.



KARAR VERME BECERİSİ

ÖZGÜVEN

Karar vermek, öncelikle özgüven gerektirir. Özgüveni yüksek kişiler daha kolay karar verirler. Sağlıklı bir özgüvene sahip kişiler yeterince bilgi sahibi olmadıkları durumlarda konuyu başkasına danışmaktan hiçbir rahatsızlık duymazlar.

Sağlıksız ya da şişirilmiş bir özgüvene sahip kişiler çoğu zaman çok kolay karar verirler. Bilgi sahibi olmadıkları bir konuda bile araştırmaya ya da bilgi edinmeye gerek duymadan kolayca bir karara varabilir, başkalarından görüş alma ihtiyacı duymazlar. Aldıkları kararın en doğru karar olduğunu düşünürler.

Kendilerinin en doğruyu bildiklerine inandıkları için vardıkları kararın doğruluğunun tartışılmasına katlanamazlar



ÇEKİNGENLİK/UTANGAÇLIK

Çekingen ve utangaç kişilerin kararsız kalmalarının en önemli nedeni verdikleri karar nedeniyle başkalarının gözünde değerinin düşeceği endişesidir. Verdiği kararın beğenilmeyebileceğini, eleştirilebileceğini, yanlış anlaşılabilirliğini ve tepki görebileceklerini düşünerek endişelenirler.

Çekingen kişiler için diğer bir önemli sorun da verdiği kararı nasıl açıklayacağı ve uygulayacağıdır. Özellikle başkalarını etkileyecek bir durum söz konusu olduğunda çekingen kişiler karar vermede daha çok zorlanmaktadırlar.



MÜKEMMELİYETÇİLİK

Kararsızlık yaşanmasına neden olan en önemli etmenlerden birisi de sonu olmayan mükemmeliyetçiliktir. Böyle bir mükemmeliyetçilikte kişi ne yaparsa yapsın, ne kadar uğraşırsa uğraşsın mükemmel ulaşamadığını düşünür. Her yaptığında ve her yapılanda eksik bir şeyler bulur. Ayrıntılarla uğraşmaktan, ayrıntılara takılıp kalmaktan belli bir sonuca varamaz. En iyiyi, en güzeli, en mükemmel yapmaya çalışırken karar veremezler.

KARAR VERME BECERİSİ

HATA YAPMA KORKUSU

Karar vermek bir yanıyla seçim yapmadır. Yerine göre de bir risk almadır. Yaptığı seçimin hata olabileceğini düşünmek birçok insanı kararsız bırakır. Hata yapma korkusu yaşayanlar hata yaparsa kendisinin kaybedebileceklerini ya da diğer insanların olası tepkilerini düşünür ve bunları abartırlar.



BAĞIMLILIK

Kendi başına karar veremeyen ve kendi adına başkasının karar vermesini bekleyen bağımlı kişilik yapısına sahip kişiler, her konuda kendi adına başkasının karar vermesini isterler. Onların bu beklentileri dışarıdan kararsızlık gibi görünebilir.

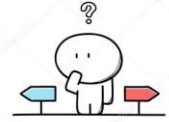
KARŞISINDAKİNİN SEVGİSİNİ KAYBETME KORKUSU

Karşısındaki insanın sevgi ve ilgisini kaybetmemek uğraşısında olan insanlar bir yandan kendi isteklerini, bir yandan karşıdaki isteklerini düşünürken kararsız kalabilirler. Kendi isteklerini yapmaya çalışırlarsa muhtaç olduğunu düşündüğü sevgiden mahrum kalacaklarını düşünürler. Çoğu zaman hiçbir istekleri, gereksinimleri yokmuş gibi davranır; karar vermeyi ya karşı tarafa bırakır ya da onun istek ve ihtiyaçlarına göre hareket ederler.



KARAR VERME BECERİSİ

- Kararlarınızı alırken duygularınızı küçümsemeyin. Örneğin, öfke altında aldığınız kararlar daha bencil, daha aceleci ve daha risklidir.
- Karar almak/vermek becerisi bir yanıla seçim yapmayı bir yanıla da sorumluluk almayı içermektedir. Seçimdir çünkü kişi karar veriyorsa en az iki şeyden birini seçiyordur. Sorumluluktur çünkü kişi aldığı kararın ya da alınmasında ortak olduğu kararın sonuçlarıyla yüzleşmek durumundadır.
- Gençler için en büyük zorluklardan birisi gelişim dönemlerinin bir sonucu olarak herhangi bir durumda karar vermek, seçim yapmaktır. Dünyayla ve hayatla ilgili deneyimleri kısıtlı olduğu için alacakları veya aldıkları kararlar onları kaygılandırır. Zaman zaman tüm kararları kendi başlarına vermek isterler fakat bedellerini ödeme konusunda cimri davranabilirler. Zaman zaman ise –başarısız karar verme deneyimlerinin de etkisiyle– birebir kendileriyle ilgili konularda bile karar verme sorumluluğunu almaktan kaçarlar.



- “Bulduğunuz ortamda (aile, okul, arkadaş çevresi) sizinle ilgili ve sizi etkileyen kararlarda ne kadar sorumluluk aldığınızı?” kendinize sorup etkinizi yetersiz buluyorsanız kararlarda daha fazla etki sahibi olmayı deneyebilirsiniz.
- Hayatta pek çok seçenikle karşı karşıya kalıp farkında olarak veya olmayarak pek çok kez karar vermek zorunda kalabilirsiniz. Verdiğiniz kararlar hayatınızın akışını olumlu veya olumsuz yönde de etkileyebilir. Karar verirken “ya o, ya da bu” şeklinde düşünmek yerine karar vermede sırasıyla yapılması gerekenleri uygulamak daha uygun olabilir.

KARAR VERME BECERİSİ

1. VERİLECEK KARARI TANIMLAYIN

Karar vermede birinci adım, verilecek kararın ne olduğunu açıkça tanımlamaktır.

2. KARARDAN BEKLEDİĞİNİZ SONUCU BELİRLEYİN

Kararlar bir amaca ulaşmak için verilir. Amaçlar ayrıntılı bir şekilde belirlenmelidir.

KARAR VERME SÜRECİ

3 BİLGİ TOPLAYIN

Sağlıklı karar verebilmek için en önemli koşullardan birisi, verilecek kararlar ilgili mümkün olduğunca çok bilgi toplamaktır. Bu bilgiler kitaplardan, çeşitli kişilerle yapılacak görüşmelerden, gözlemlerden ya da başka yollardan edinilebilir.

4. SEÇENEKLERİ VE BU SEÇENEKLERİN HER BİRİNİN AVANTAJ VE DEZAVANTAJLARINI BELİRLEYİN

Eldeki bilgilerden yola çıkılarak seçeneklerin yani kararların neler olabileceği üzerinde düşünülerek tüm seçenekler belirlenmelidir. Her bir seçeneğin üzerinde tekrar düşünerek kararın olumlu ve olumsuz sonuçları değerlendirilmelidir.

Eldeki bilgilerden yola çıkarak **KARAR VERİN..**

KARAR VERME BECERİSİ

- ‘Günlük yaşamda bazen başkalarının etkisinde kalınarak kimi zaman yanlış kararlar verilebilir. Ancak böyle durumlarda seçme hakkımızı kullanarak dış baskıdan kurtulmak mümkündür. Grup baskısından kurtulmak için;
 - Bu kişi neden bu kadar ısrar ediyor?
 - Onun istekleri ile benim isteklerim ne kadar uyuyor?
 - Söyledikleri ne kadar doğru? Sorularına yanıt aranmalıdır.
- Verdiğimiz kararların sorumlulukları bize ait olacağı için etki altında kalmadan karar vermeyi öğrenmemiz gerekir. Karar verirken inançlarımız, değer yargılarımız, temel gereksinimlerimiz, akıllı kararlar verebilmemiz için bilgilerin toplanmasında eleştirel düşünme ve risk alma etkili olacaktır.

‘SONUÇ OLARAK

- Karar vermeyi gerektiren durumlarda en az iki seçenek vardır.Seçenekler hakkında yeterli bilgiye ihtiyacımız vardır.
- Her bir seçeneğin olumlu ve olumsuz yönleri iyice düşünülmelidir.
- Her bir seçenek istekleri karşılama olasılığı açısından değerlendirilmelidir.
- Seçimlerin taşıdığı riskler ve olası sonuçlar iyi değerlendirilmelidir.
- Karar vermeden önce başkalarının fikri alınabilir, seçenekler onlarla tartışılabilir. Bu belki bizim düşünemediğimiz/ göremediğimiz yönleri görmemize yardımcı olabilir.
- Ancak bize ilişkin her kararda sorumluluk bizimdir, bu nedenle son karar bize ait olmalıdır.Daha iyi kararlar verebilmek için bu uygulamayı sık sık yapmalıyız.

KARAR VERME BECERİSİ

Zamanın birinde bir köyde yaşlı bir adam varmış. Adam çok fakirmiş ama kral bile onu kıskanırmış. Öyle dillere destan bir atı varmış ki. Kral at için ihtiyara neredeyse hazinesinin tamamını teklif etmiş ama adam satmaya yanaşmamış. "Bu at bir at değil benim için...Bir dost...İnsan dostunu satar mı?" demiş hep.

Bir sabah kalkmışlar ki, at yok... Köylü ihtiyarın başına toplanmış .."Seni ihtiyar bunak.. Bu atı sana bırakmayacakları, çalacakları belliydi. Krala satsaydın, ömrünün sonuna kadar beyler gibi yaşardın. Şimdi ne paran var, ne de atın" demişler...İhtiyar "Karar vermek için acele etmeyin« demiş..."Sadece –At kayıp– deyin... Çünkü gerçek bu ... Ondan ötesi sizin yorumunuz ve verdiğiniz karar. Atımın kaybolması, bir talihsizlik mi, yoksa bir şans mı, bunu henüz bilmiyoruz. Çünkü bu olay henüz bir başlangıç. Arkasının nasıl geleceğini kimse bilemez. "Köylüler ihtiyar bunağa kahkahalarla gülmüşler.. Ama aradan on beş gün geçmeden at bir gece ansızın dönmüş. Meğer çalınmamış, dağlara gitmiş kendi kendine. Dönerken de, vadideki 12 vahşi atı peşine takıp getirmiş. Köylüler ihtiyar adamın etrafına toplanıp özür dilemişler. "Babalık" demişler ..."sen haklı çıktın. Atının kaybolması bir talihsizlik değil adeta devlet kuşu oldu senin için. Şimdi bir at sürün var.«

"Karar vermek için yine acele ediyorsunuz " demiş ihtiyar. Sadece atın geri döndüğünü söyleyin. Bilinen gerçek sadece bu. Ondan ötesinin ne getireceğini henüz bilmiyoruz. Bu daha başlangıç. Birinci cümlenin birinci kelimesini okur okumaz kitap hakkında nasıl fikir yürütebilirsiniz? " Köylüler bu defa ihtiyarla dalga geçmişler ama içlerinden "Bu herif sahiden gerzek" diye geçirmişler. Bir hafta geçmeden atları terbiye etmeye çalışan ihtiyarın tek oğlu attan düşmüş ve ayağını kırmış. Evin geçimini temin eden oğul şimdi uzun zaman yatakta kalacakmış. Köylüler yine gelmişler ihtiyara ... "Bir kez daha haklı çıktın" demişler. "Bu atlar yüzünden tek oğlun bacağını uzun süre kullanamayacak. Oysa sana bakacak başkası da yok. Şimdi eskisinden daha fakir, daha zavallı olacaksın" demişler.

İhtiyar "Siz erken karar verme hastalığına tutulmuşsunuz" diye cevap vermiş. "O kadar acele etmeyin. Oğlum bacağını kırdı. Gerçek bu. Ötesi sizin verdiğiniz karar ama acaba ne kadar doğru?

KARAR VERME BECERİSİ

Hayat böyle küçük parçalar halinde gelir ve ondan sonra neler olacağı size asla bildirilmez. .."Birkaç hafta sonra, düşmanlar büyük bir ordu ile saldırmış. Kral son bir ümitle eli silah tutan bütün gençleri askere çağırılmış. Köye gelen görevliler, ihtiyarın kırık bacaklı oğlu dışında bütün gençleri askere çağırılmış.... Köyü matem sarmış. Çünkü savaşın kazanılmasına imkan yokmuş. Giden gençlerin ya öleceğini ya da esir düşüp köle diye satılacağını herkes biliyormuş.

Köylüler yine ihtiyara gelmişler "Yine haklı olduğun kanıtlandı" demişler. "Oğlunun bacağı kırık, ama hiç değilse yanında. Oysa bizimkiler belki asla köye dönemeyecekler. Oğlunun bacağının kırılması talihsizlik değil şansmış meğer...«

"Siz erken karar vermeye devam edin" demiş İhtiyar. "Oysa ne olacağını kimseler bilemez. Bilinen bir tek gerçek var. Benim oğlum yanımda, sizinkiler askerde ...Ama bunların hangisi talih, sadece Allah bilir."

Acele karar vermeyin . Hayatın küçük bir parçasına bakıp tamamı hakkında karar vermekten kaçının.