**Temat zajęć: Jak skutecznie podejmować decyzje?**

Czas trwania: 45 min.

Pomoce: tablica, załączniki nr 1 i 2, kartki A4, taśmy klejące, arkusz szarego papieru, magnesy.

Cele:

* uczestnik wie, jak właściwie podjąć decyzję,
* uczestnik rozumie, skąd biorą się efekty złej decyzji,
* uczestnik potrafi poszukiwać możliwości rozwiązań danego problemu.

**Przebieg zajęć**

**Ćwiczenie „Moje decyzje”** (15 minut)

Prowadzący prowadzi rozmowę z uczniami na temat podejmowania decyzji ze szczególnym uwzględnieniem tego, co się na nią składa. Wspólnie z uczniami tworzy na tablicy schemat podejmowania decyzji. Nie ma złych odpowiedzi, warto zachęcać uczniów do dzielenia się pomysłami. Prowadzący omawia wyniki wspólnej pracy w oparciu o model kroków podejmowania decyzji z załącznika nr 1. Model należy rozdać uczniom.

Następnie prowadzący poprosi grupę, aby stanęła na środku sali. Podczas tego zadania będą ćwiczyć umiejętność podejmowania szybkich decyzji. Należy wytłumaczyć uczestnikom, że ćwiczenie będzie symulacją podejmowania decyzji poprzez dokonywanie wyboru spośród dwóch czytanych przez Prowadzącego możliwości.

Należy przeczytać instrukcję uczniom:

*Wyobraź sobie, że stoisz na dworcu PKP, jest piątek godzina 13.30 i masz kilka sekund, aby podjąć decyzję, co będziesz robił. Za każdym razem do wyboru masz jedną z dwóch możliwości.*

Następnie należy skorzystać z załącznika nr 2 - czytamy uczniom możliwości z wierszy tabeli, ale bez opisu zaznaczonego na zielono, np. WYJAZD NAD MORZE czy WYJAZD W GÓRY? MUZEUM czy KINO?

Grę kontynuuje się, aż do wyczerpania możliwości wyboru. Uwaga! Po każdym wyborze należy dopytać uczniów, dlaczego dokonali takiego wyboru i czy mając dodatkowe informacje (należy odczytać je - zaznaczone na zielono), zmieniliby teraz decyzję.

Po zakończeniu całego ćwiczenia należy dokonać podsumowania poprzez zadanie pytań:

* Jak myślicie, co dało wam to ćwiczenie?
* Czy i dlaczego podjęcie decyzji, których musieliście dokonać, było łatwe?
* Jakie informacje byłyby wam przydatne, aby dokonać łatwiej i trafniejszych wyborów?

**Ćwiczenie „Wieża”** (15 minut)

Prowadzący dzieli grupę na 4 zespoły i każdemu zespołowi rozdaje 10 kartek A4 i taśmę klejącą. Informuje uczniów, że ich zadaniem będzie zbudowanie z otrzymanych materiałów jak najwyższej wieży. Każda wieża powinna stać samodzielnie. Czas na wykonanie zadania - 10 minut.

Po wykonaniu zadania należy omówić z uczniami ich wnioski. Każdy zespół powinien nazwać swoją wieżę, a potem grupa próbuje odpowiedzieć na pytania:

* Jak się czuliście podczas wykonywania zadania?
* Czy dobrze Wam się współpracowało z innymi?
* Co Wam przeszkadzało w budowaniu?
* Kto i jakie decyzje podejmował?
* Czy mieliście plan na początku?

*Informacje dla Prowadzącego:*

Ważne, aby wskazać uczniom plan działania i podkreślić, że, aby podjąć dobrą decyzję, to należy mieć cel i plan. Można się ponownie odnieść do rozdanego załącznika nr 1.

**Ćwiczenie „ Kompas moralny”**(10 minut)

Prowadzący zwraca uwagę, że podejmowanie decyzji to jedna z zasad współżycia społecznego, gdyż każdy człowiek codziennie staje przed różnymi wyborami, a one decydują często o jego miejscu w społeczeństwie. Następstwem tych rozważań jest stworzenie przez uczniów propozycji zasad do kompasu moralnego w obszarze I „Myślę więc jestem” dotyczących podejmowania decyzji ( Prowadzący prosi osobę, która te zasady będzie zapisywać na arkuszu szarego papieru).

**Podsumowanie zajęć**(5 minut)

Na zakończenie Prowadzący pyta o wrażenia na temat zajęć oraz uświadamia uczniom, że podejmowanie właściwych decyzji odgrywa bardzo ważną rolę w życiu człowieka.

**Załącznik nr 1 Moje decyzje**

**5 KROKÓW PODEJMOWANIA DECYZJI**

**Pierwszy Krok: Zdefiniowanie problemu. Co chcę osiągnąć?**

Dokładne zdefiniowanie problemu/sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy. Jaki jest cel naszych działań? Dobrze, aby jeden duży cel podzielić na cele cząstkowe, łatwiejsze do osiągnięcia. W ten sposób określamy szczegółowo zakres naszych działań, terytorium, po którym będziemy się poruszać. To zabezpiecza znakomicie przed robieniem wszystkiego na raz, przed natłokiem trudnych do uporządkowania myśli. Poza tym, aby podjąć skuteczne działania, trzeba wiedzieć, czego się chce. Precyzyjne zdefiniowanie problemu, z którym przyszło nam się zmierzyć, pozwoli określić cel do jakiego dążymy, co chcemy w rezultacie podjętej decyzji osiągnąć/zyskać.

**Drugi krok: Postawienie diagnozy sytuacji**

Na tym etapie staramy się znaleźć źródła dotychczasowych niepowodzeń. Pomyślmy, co w tym momencie jest najistotniejsze. Określmy też słabe punkty przeciwnika - a tym przeciwnikiem jest własna niemoc, trudne okoliczności, nieżyczliwa osoba. Należy uwzględnić zebranie wszystkich niezbędnych informacji. Im więcej się dowiemy, z czym przychodzi nam się zmierzyć, tym łatwiej będzie przewidzieć wszystkie kroki działania.

**Trzeci krok: Poszukiwanie alternatywnych sposobów rozwiązań**

Jedno rozwiązanie to złe rozwiązanie. Konieczne jest gromadzenie informacji i poszukiwanie alternatywnych rozwiązań. Urządźmy sobie małą burzę mózgów - wypiszmy wszystkie, nawet te najbardziej szalone pomysły rozwiązania problemu. Może się okazać, że to, co się wydawało absurdalne, jest po prostu nowatorskie. Należy uwzględnić co jest nam potrzebne, kto może nam pomóc, gdzie możemy napotkać jakiś problem, co będzie wymagało od nas więcej pracy, wysiłku. Określenie wszystkich możliwości jakimi dysponujemy dokonując wyboru najlepszej drogi dojścia do osiągnięcia celu, ułatwi nam dokonanie wyboru w etapie piątym.

**Czwarty krok: Dokonanie wyboru**

Kiedy ocenimy już wszystkie możliwości, wybierzmy tę najbardziej sensowną. Dokonajmy rachunku ewentualnych strat i zysków. Jeżeli potrzebujemy wsparcia osób trzecich, zastanówmy się, na ile jest to realne, na ile możemy liczyć na tych ludzi i czy przypadkiem nie chcemy, aby to oni załatwili wszystko za nas.

**Piąty Krok: Cel**

Wiele osób, które podejmują decyzje, poświęca tyle wysiłku temu procesowi, że często nie starcza im już energii na działanie, na wcielenie ich w życie. Tymczasem aktywność to jedyny sposób sprawdzenia, czy nasze wybory są słuszne. Monitoring jest czymś niezbędnym.

**Załącznik nr 2**

**Moje wybory**

**Dworzec PKP** (piątek 13:30)

**Możliwości do wyboru:**

|  |  |
| --- | --- |
| **WYJAZD NAD MORZE**(odjazd jest za 25 min., czyli o 13:55) | **WYJAZD W GÓRY**(odjazd jest za 2.5h, czyli o 16:00) |
| **SPACER WIECZOROWĄ PORĄ**(pada deszcz) | **DYSKOTEKA**(trzeba dojechać 30 min., wstęp 20 zł) |
| **MUZEUM**(są 3 do wyboru: modernistyczne, historyczne, wzornicze) | **KINO**(film dokumentalny o kosmosie) |
| **SPŁYW KAJAKIEM**(trasa ma 15 km) | **WSPINACZKA NA ŚCIANCE**(ścianka jest ustawiona na świeżym powietrzu i jest dziś silny wiatr) |
| **CZAS WOLNY**(od jutra jest długi weekend i wyjątkowo sklepy czynne są dziś do godz. 14, a jest 13:30) | **KONCERT W PARKU**(muzyka blues) |
| **WYJAZD NA WEEKEND i POWRÓT W NIEDZIELĘ**(przyjazd o 23:30) | **WYJAZD NA WEEKEND** i **POWRÓT W PONIEDZIAŁEK RANO**(przyjazd o 4:00 rano) |
| **WYJAZD NA WEEKEND i ZAKWATEROWANIE W HOSTELU**(cena za dobę 30 zł) | **WYJAZD NA WEEKEND i ZAKWATEROWANIE W HOTELU**\*\*\*(cena za dobę 200 zł) |