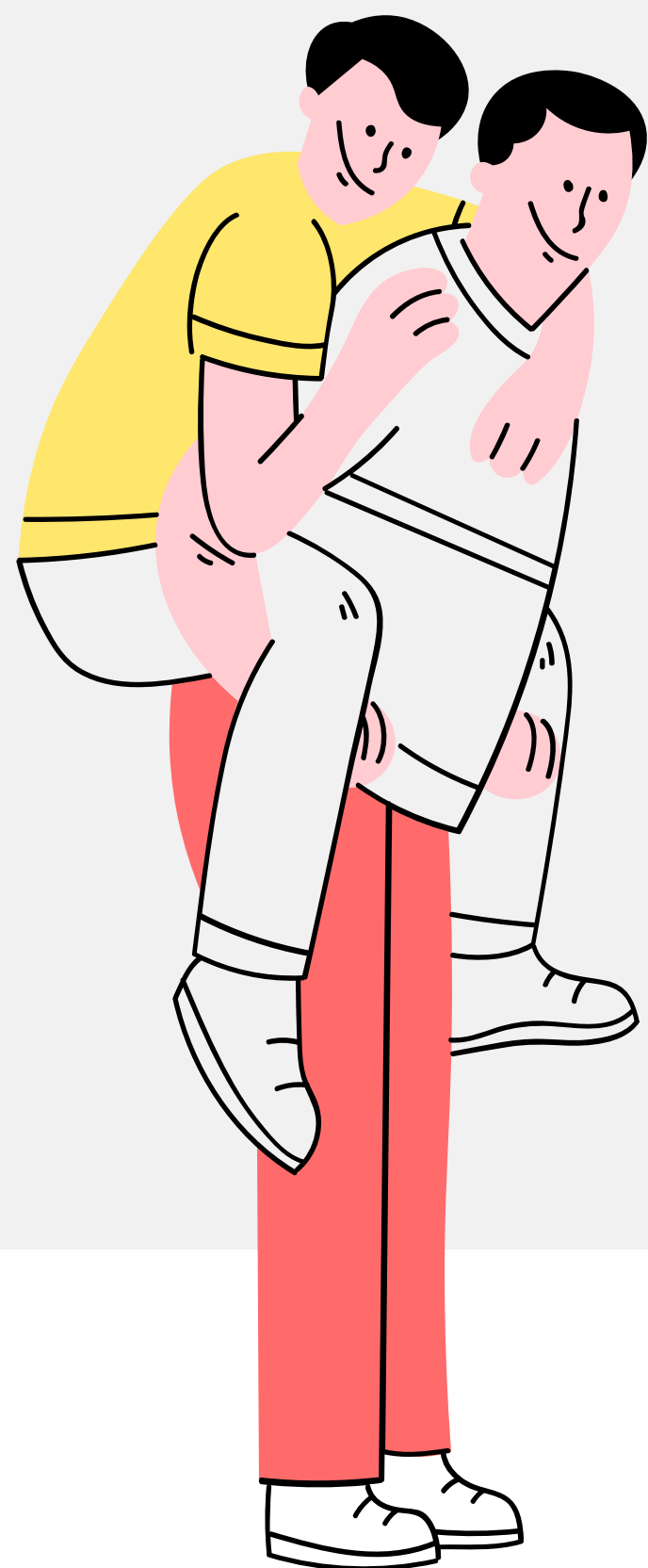




DRZEWKO DECYZYJNE

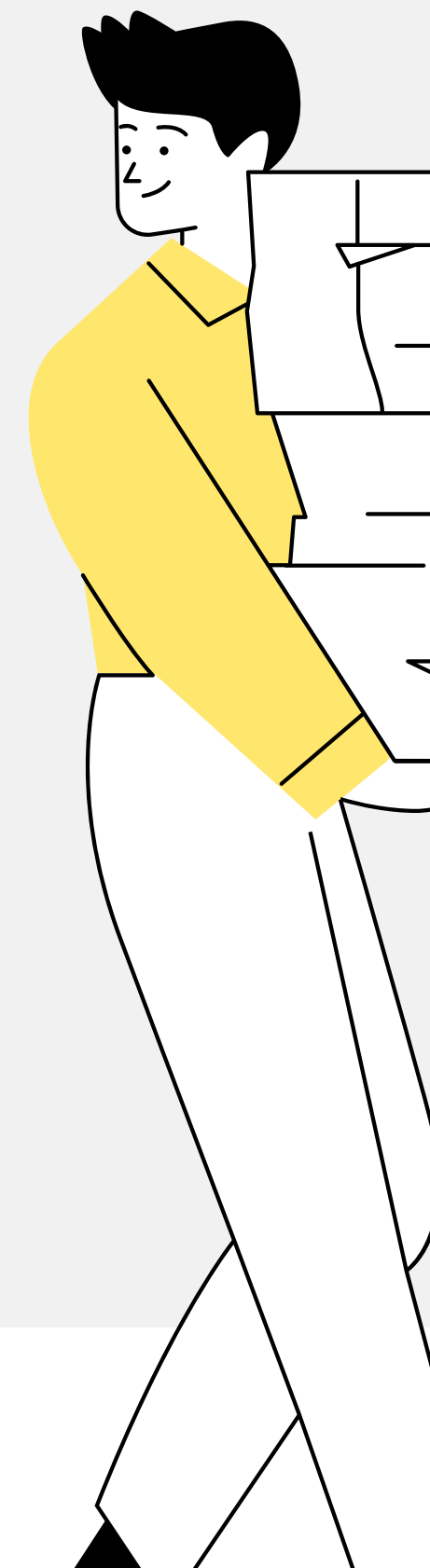
JAK PODEJMOWAĆ DOBRE DECYZJE?

KATARZYNA SKOCZYŁAS-PŁUSKA


MIĘKKO O KOMPETENCJACH
by Katarzyna Płuska

PLAN

- ◆ Czym są decyzje i dlaczego bywają trudne 🔍
- ◆ Co pomaga w podjęciu dobrej decyzji?
- ◆ Czym jest drzewko decyzyjne? 🌳💡
- ◆ Jak je narysować? 5 kroków 🖋️
- ◆ Przykład: kandydowanie do samorządu uczniowskiego 🏫
- ◆ Drzewko decyzyjne – czy zawsze się sprawdza?
- ◆ Na co uważać przy podejmowaniu decyzji? ⌚❗



CZYM SĄ DECYZJE I DLACZEGO BYWAJĄ TRUDNE?



Codziennie podejmujesz dziesiątki decyzji. Co powiedzieć na lekcji, z kim spędzić czas, jak zaplanować popołudnie? Niektóre wybory są szybkie i proste, inne wymagają namysłu, a nawet odwagi.

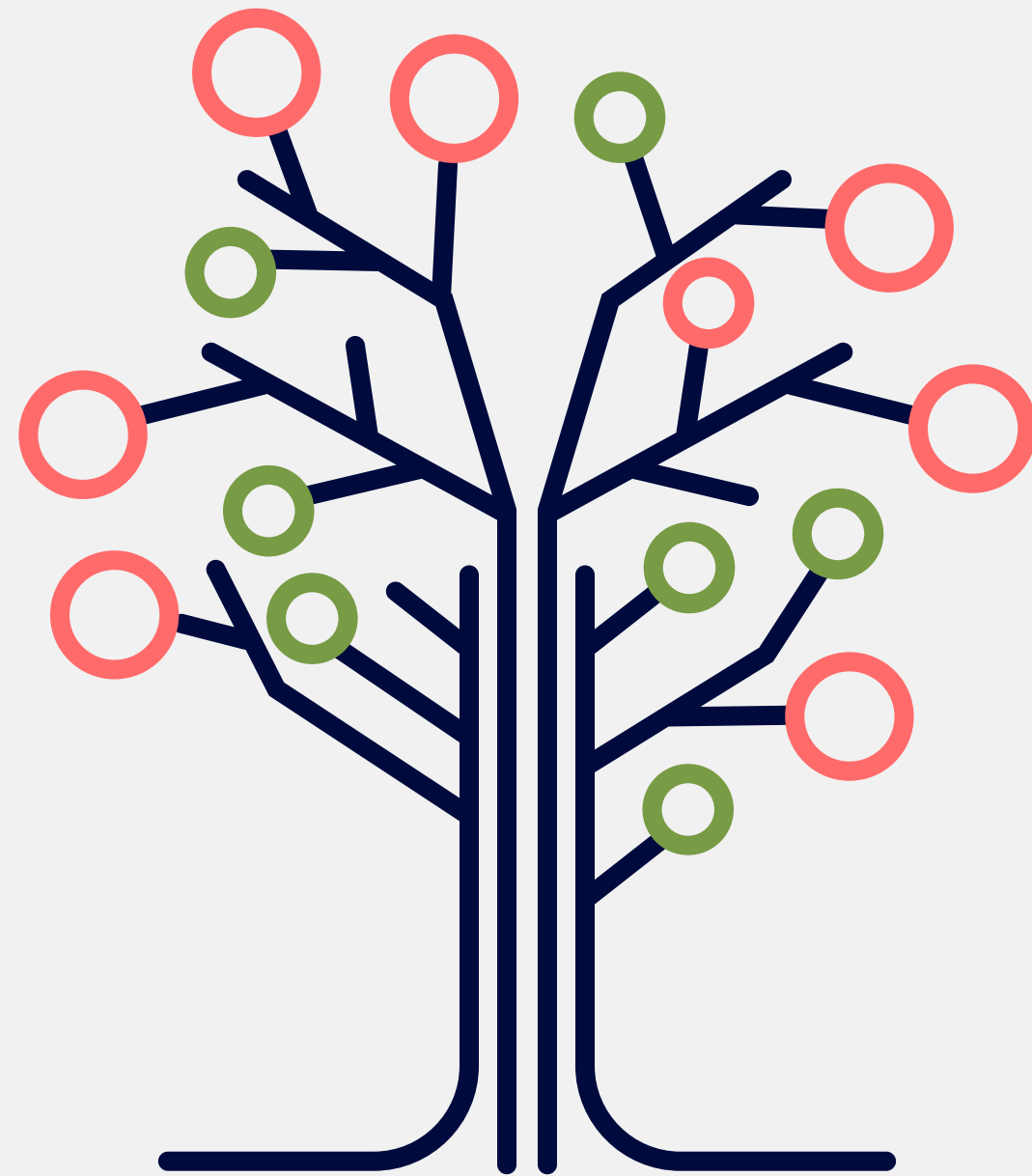
- ◆ Trudność pojawia się, gdy:
 - opcji jest dużo 🔄
 - boisz się popełnić błąd 😬
 - ktoś cię naciska 🗣️
 - nie wiesz, co jest „lepsze” ❓

CO POMAGA W PODJĘCIU DOBREJ DECYZJI?

- 🧠 **Zastanów się, co jest dla ciebie ważne: wartości i potrzeby mają znaczenie**
- 📋 **Zrób listę opcji, czyli wypisz wszystko, co przychodzi ci do głowy**
- 🗣️ **Zapytaj kogoś zaufanego – rozmowa pomaga spojrzeć z innej perspektywy**
- 🔍 **Wyobraź sobie skutki każdej opcji – co się stanie, jeśli wybierzesz A, a co jeśli B?**
- ✏️ **A może... narysujesz drzewko, żeby to uporządkować? Drzewko decyzyjne**



CZYM JEST DRZEWKO DECYZYJNE?



🌳 To prosty sposób na rozrysowanie wyboru

➡ Każda gałąź to inna opcja

⬅ Na końcu każdej ścieżki możliwy skutek
END

📊 Dzięki temu łatwiej porównać i zobaczyć
„co z czego wynika”

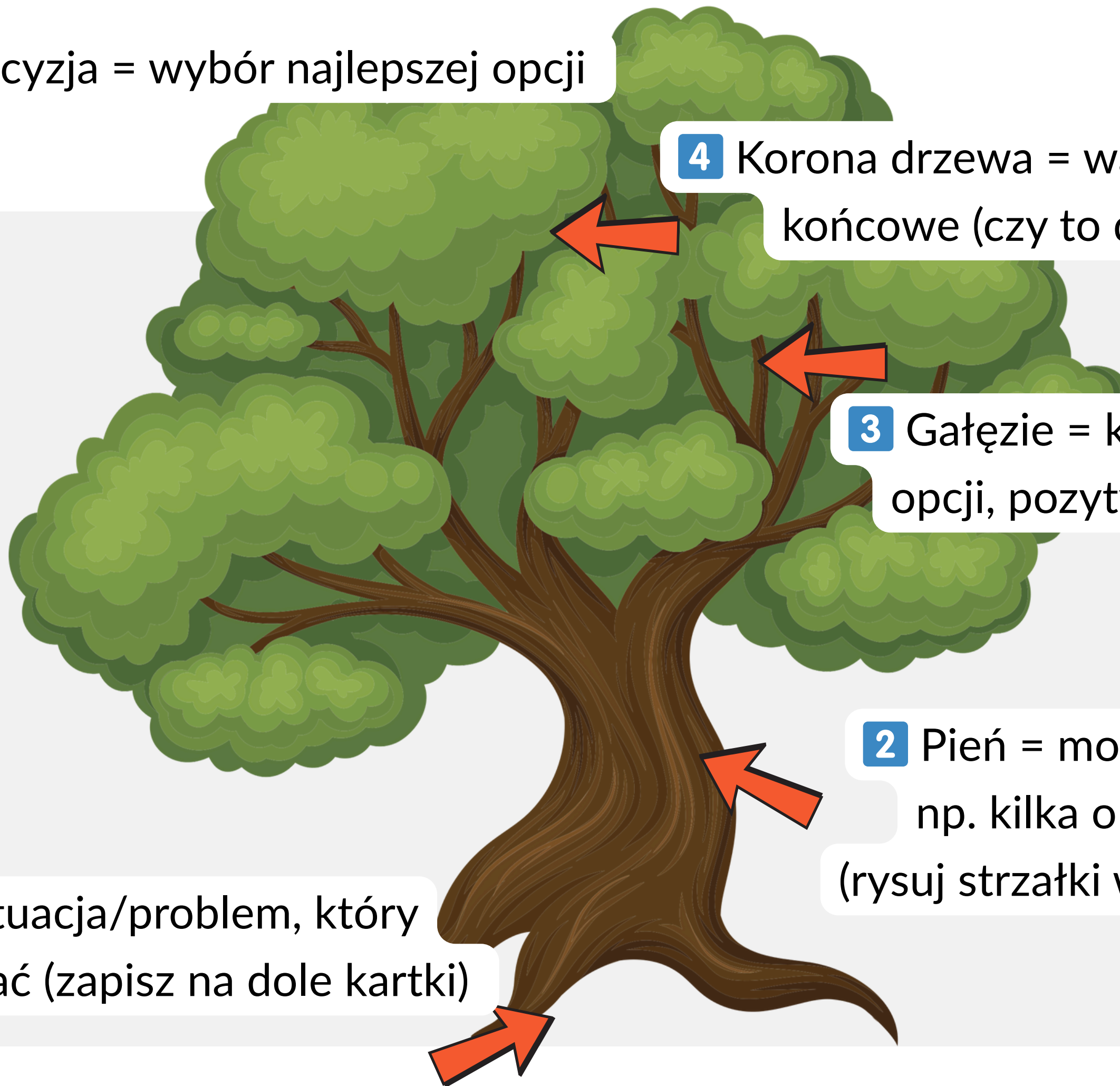
5 Decyzja = wybór najlepszej opcji

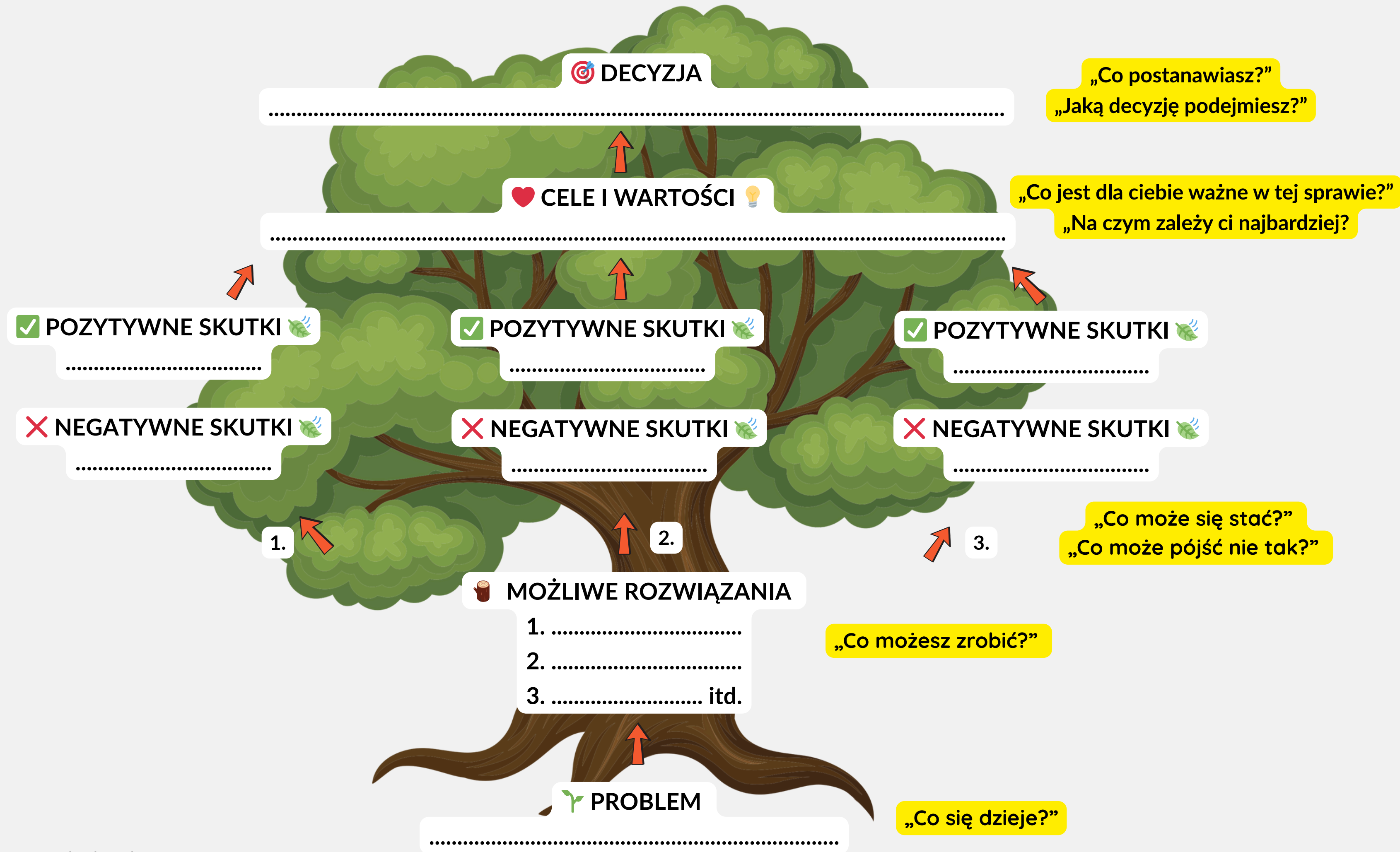
4 Korona drzewa = wartości, cele, efekty końcowe (czy to dobry wybór?)

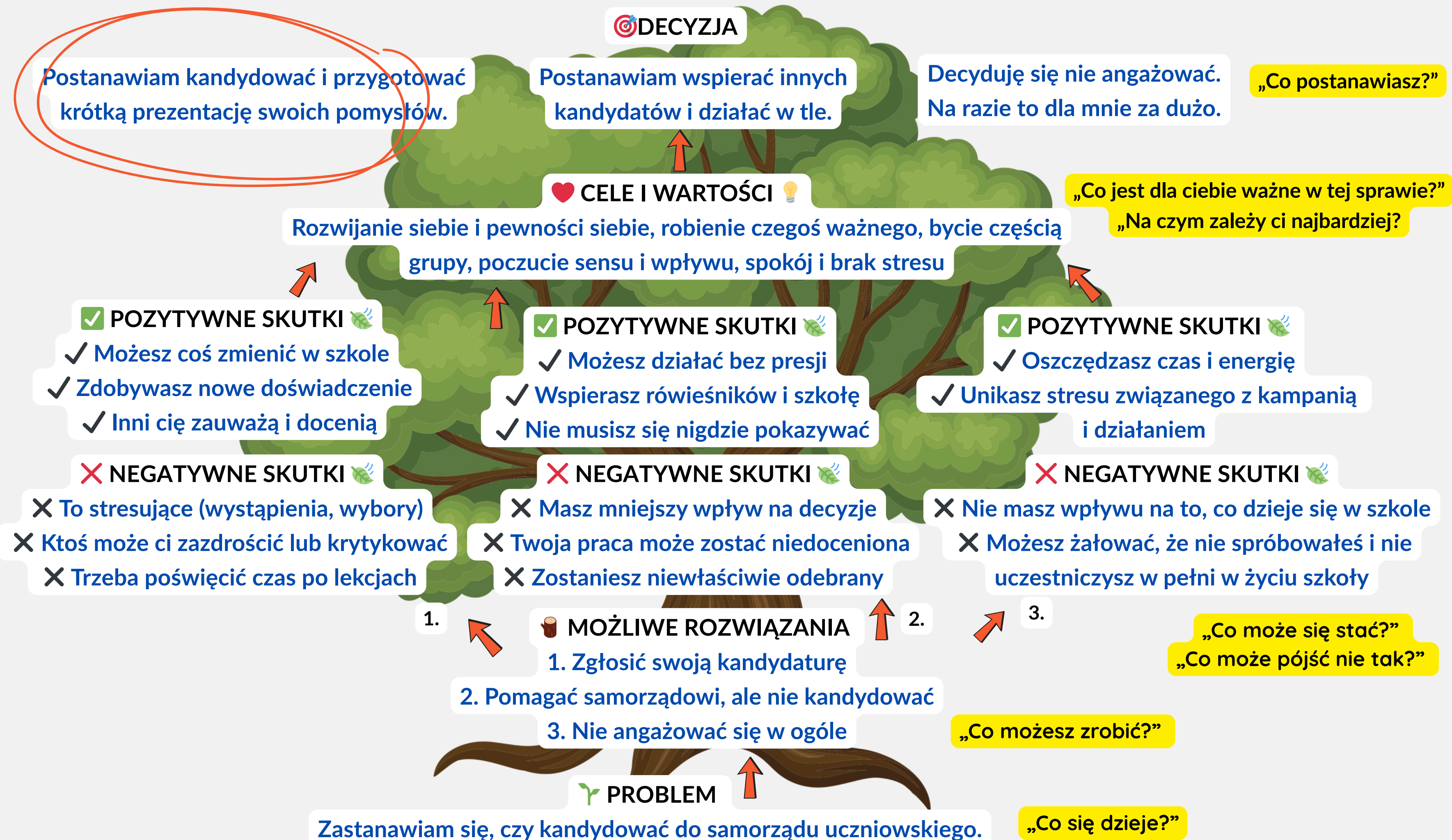
3 Gałęzie = konsekwencje każdej opcji, pozytywne i negatywne

2 Pień = możliwe rozwiązania, np. kilka opcji do wyboru (rysuj strzałki w górę od korzenia)

1 Korzeń = sytuacja/problem, który trzeba rozwiązać (zapisz na dole kartki)







DRZEWKO DECYZYJNE – CZY ZAWSZE SIĘ SPRAWDZA?

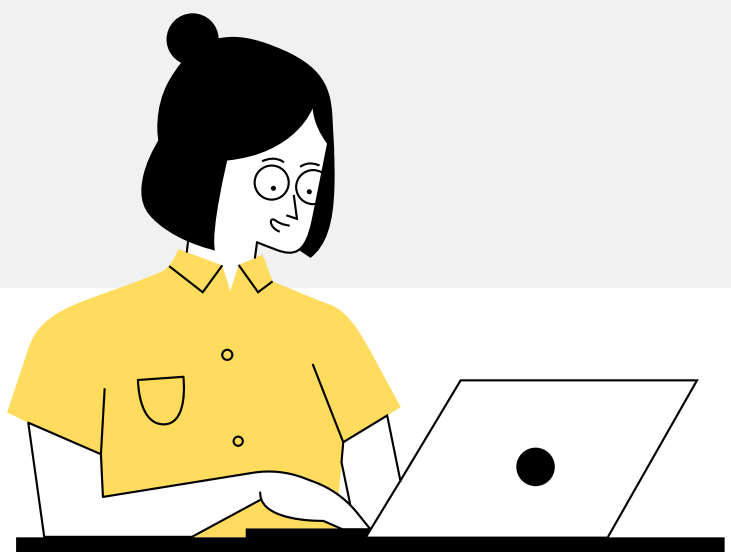
+ Zalety

Pomaga uporządkować myśli 🧠

Widać wszystkie opcje i skutki 🌿

Ułatwia rozmowę i wspólne decyzje 🗣️

Pomaga podjąć decyzję spokojnie 🧘



⚠️ Ograniczenia / Wyzwania

Może być czasochłonne ⌚

Nie wszystko da się przewidzieć 🌌

Trudne, gdy jest za dużo opcji 🤯

Trudno wybrać, co ważniejsze
(np. lojalność vs. szczerość) ⚖️

NA CO UWAŻAĆ PRZY PODEJMOWANIU DECYZJI?

czyli kiedy drzewko nie wystarczy...

-  **Pośpiech** - podejmowanie decyzji w stresie lub pod presją może prowadzić do błędów
-  **Zmienność** - niektóre decyzje można zmienić, inne są trudne do odwrócenia
-  **Wpływ innych** - czasem decydujesz tak, jak chcą inni, a nie jak sam/sama czujesz
-  **Konflikt wartości** - trudno wybrać, co ważniejsze – np. lojalność czy szczerść
-  **Brak wszystkich opcji** - czasem skupiasz się na dwóch rozwiązaniach, a są jeszcze inne?
-  **Niepewność** - nie da się przewidzieć wszystkiego i trzeba pogodzić się z tym ryzykiem.

I CO DALEJ? 🌱



Czasem decydujesz w sekundę, czasem myślisz pół dnia.

Jedno jest pewne: decyzji nie da się uniknąć.

Nie chodzi o to, żeby zawsze było idealnie.

Chodzi o to, żeby wiedzieć, dlaczego tak, a nie inaczej...

A ty? Co ci pomaga w podjęciu decyzji? 🤔