ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΛΗΨΗ ΑΠΟΦΑΣΕΩΝ

Επιλέγοντας την καλύτερη πορεία προς τα εμπρός

Όνομα καθοδηγούμενου:
_____

Ημερομηνία:
_____

Βήμα 1: Ποια απόφαση πρέπει να πάρω;

Βήμα 2: Κατάλογος των επιλογών μου

Επιλογή Α:	Επιλογή Β:	Επιλογή Γ:

Βήμα 3: Αξιολόγηση κάθε επιλογής

Βαθμολογία από 1 έως 5 (1 = Χαμηλή, 5 = Υψηλή)

Κριτήρια	Επιλογή Α	Επιλογή Β	Επιλογή Γ
Εφικτότητα			
Κόστος			
Απαιτούμενος χρόνος			
Πιθανές επιπτώσεις			
Προσωπική παρακίνηση			
Επίπεδο κινδύνου			
ΣΥΝΟΛΟ			

Συνέχιση της Διαδικασίας Λήψης Αποφάσεων

Βήμα 4: Πιθανά οφέλη

Ποια είναι τα οφέλη της επιλογής που προτιμώ;

Βήμα 5: Πιθανοί κίνδυνοι

Τι μπορεί να πάει στραβά;

Πώς μπορώ να μειώσω αυτούς τους κινδύνους;

Βήμα 6: Η απόφασή μου

Αποφάσισα να:

Πρώτη ενέργεια

Ποιο είναι το πρώτο βήμα που θα κάνω;

Πότε;

Επίπεδο εμπιστοσύνης

Πόσο σίγουρος/η είμαι για αυτή την απόφαση;

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐

Τι θα με βοηθούσε να νιώσω πιο σίγουρος;