

# 7.

## FELADAT



## HOGYAN HOZZUNK DÖNTÉST?

Ha a te kezében van egy nehéz döntés, jól jöhet a következő két feladat hozzá.

1. Gondold végig, milyen döntési lehetőségeid vannak. Ahány lehetőséget látsz magad előtt, annyi helyet jelölj ki a szobádban. Például, ha 3 lehetőség közül kell döntened, választhatod a szobád három különböző sarkát. Állj egy-egy választott sarokba és figyeld meg, milyen ebben a döntésben lenni. Mi történik itt? Ha figyelmet adtál magadnak mind a 3 helyen, állj középre és nézz körbe, hol volt a legjobb?

.....

.....

.....

2. Miután meg van, melyik helyen volt a legjobb állni, mérlegeld, milyen hatással van ez a választásod az értékeidre. Támogatja, vagy sérti azokat? Ha a számodra fontos értékeket támogatja, akkor érdemes meglépned a választott döntésed.

.....

.....

.....

.....

.....