UCR
UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

OO Oficina de Orientación
CASE COVO CASED CIU

Feria de empleo virtual UCR 2020

# TOMA DE DECISIONES

## BÚSQUEDA DE EMPLEO:

***La toma de decisiones*** es un ***proceso*** que permite valorar un problema o una situación, para elegir entre diferentes alternativas. Es una habilidad que puedes desarrollar si entiendes como es este proceso, Puedes adoptar alguna estrategia para mejorar tu capacidad de decidir.

***La toma de decisiones*** forma parte de la vida diaria. Pero hay decisiones que pueden marcar el destino de tus ***proyectos personales, profesionales y laborales.***

## 1 CLASIFICA TUS DECISIONES

Hay decisiones que pueden ser simples y otras muy complejas, pero todas exigen solución. Para clasificarlas es necesario reflexionar y responder las siguientes preguntas:

1. ¿Tengo que resolver esto ahora mismo?
2. ¿Debería pedir la opinión de alguien con más experiencia o conocimiento?
3. ¿Puedo tomarme un tiempo para pensarlo?

## 2 RECONOCE Y MANEJA LA URGENCIA

Si es una decisión es URGENTE. Es decir, la situación precisa de mi atención inmediata.

Retrasarla te llevará a terminar con una alternativa que es peor que una mala decisión inmediata.

**Consejo:** Para este tipo de decisiones es útil confiar en tu experiencia previa y ajustar tu criterio.

UCR
UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

OO Oficina de Orientación
CASE COVO CASED CIU

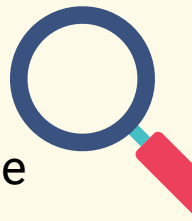
Feria de empleo virtual UCR 2020

# 3 EXAMINA LA SITUACIÓN

**¿Esta decisión puede cambiar el rumbo de mi situación?**

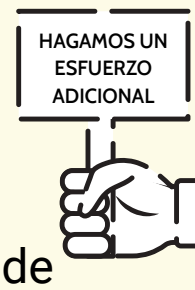
Entonces tómate el tiempo necesario para responder:

- ¿Por qué llevaba ese rumbo hasta ahora?
- ¿Qué ha cambiado para hacer que un rumbo diferente sea razonable?
- ¿Cuento con los recursos o apoyos necesarios para llevar adelante un nuevo rumbo?



# 4 AMPLÍA TU PERSPECTIVA

1. Describe las alternativas que has pensado hasta el momento.
2. Observa el contexto de la situación.
3. ¿Hay otras respuestas posibles para el problema?
4. ¿Hay algo que puedo hacer para ampliar las opciones de solución?
5. Describe tus nuevas alternativas.




# 5 VALORA COSTOS Y BENEFICIOS

Piensa cada alternativa como un paquete de costos y beneficios.

- Enlista los costos de cada una de tus alternativas.
- Enlista los beneficios de cada una de tus alternativas
- Compáralas y analiza.
- ¿Es posible mejorar alguna alternativa?
- ¿Puedes combinar algunas de tus alternativas?
- ¿Encontraste nuevas alternativas que no habías contemplado?

# 6 USA LAS ALTERNATIVAS PARA BUSCAR PUNTOS MEDIOS

No descarte alternativas de inmediato. Utiliza todas las alternativas que tienes hasta el momento:

- Describe las consecuencias de cada una.
- ¿Puedes encontrar nuevas alternativas entre extremos?

UCR
UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

OO Oficina de Orientación
CASE COVO CASED CIU

Feria de empleo virtual UCR 2020

# 7 REVISA LOS SESGOS

Para evitar sesgos en nuestra forma de sopesar las decisiones:

1. ¿Por qué razón consideras que es **muy probable** un determinado resultado?
2. ¿Por qué razón crees que esa alternativa es **muy buena**?
3. ¿Los detalles que valoras en este momento son los más relevantes para tu situación futura?

# 8 VALORA LOS RIESGOS

Aprende a aceptar que los RIESGOS forman parte del proceso de toma de decisiones.

- ¿Qué aspectos de tu decisión te preocupan?
- ¿Vale la pena asumir el riesgo de tu decisión?

# ¡TOMA TU DECISIÓN!

Ya identificaste las alternativas, reuniste información y has evaluado todos los resultados.

Probablemente ya la decisión está frente a tus ojos.

Habilidades blandas