

Problemi
Tanımlama

Bilgi Toplama ve
Alternatifleri
Değerlendirme

**SOSYAL DUYGUSAL
BECERİLERDE
SORUMLU KARAR VERME
SÜRECİ**

Olası Sonuçları
Değerlendirme

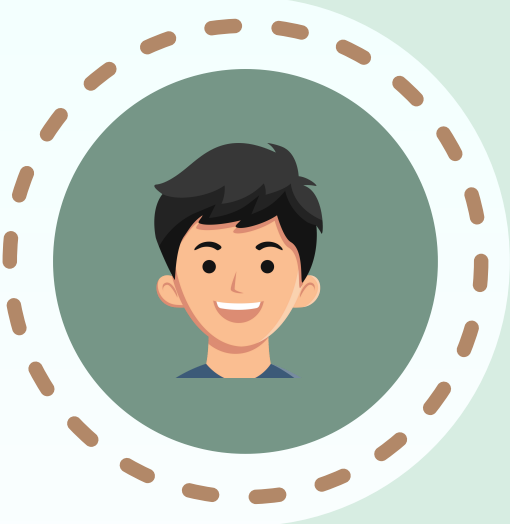
Kararı Uygulama
ve Sonuçları
İzleme

En Uygun Kararı
Seçme



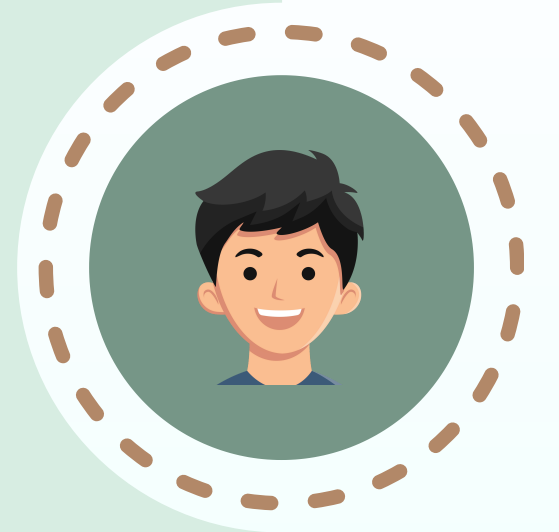
Durumun Farkına Varma

Eren'in proje ödevi teslim etmesi gerekiyor ve bu ödev notu onun için oldukça önemli. Ancak arkadaşları da Eren'e aynı gün dışarı çıkmak için ısrar ediyor.



Problem

Eren, arkadaşlarıyla vakit geçirmekle akademik sorumluluklarını yerine getirme arasında kararsız kalmıştır. Eğer ödevini yapmazsa notu düşebilir, arkadaşlarının teklifini geri çevirdiğinde de onların kırılmasından çekiniyor.



Bilgi Toplama ve Alternatifleri Değerlendirme

Projeyi erteleyip arkadaşlarımla dışarı çıkabilirim.

Buluşmayı iptal edip, projeye odaklanabilirim

Arkadaşlarımla dışarı çıkarım ama erken ayrılıp kalan zamanı projeye ayırabilirim



Olası Sonuçları Değerlendirme

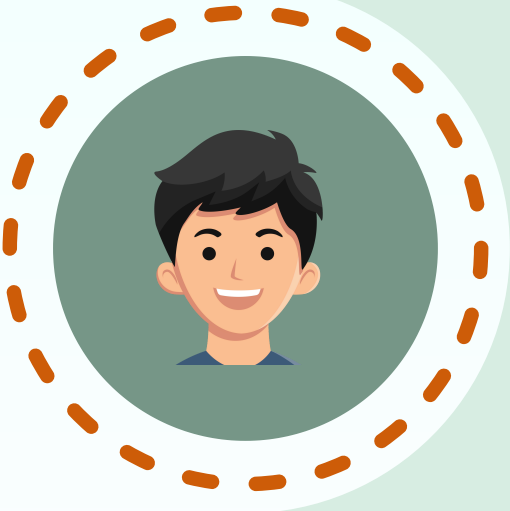
Projeyi Erteleyip Dışarı Çıkmak: Projeyi ertelemek, teslim tarihine kadar yetişememesine yol açabilir ve not kaybına neden olabilir. Bu da bana kendimi yetersiz hissettirir.

Projeye Odaklanmak: Arkadaşlarımın kırılmasını göze alarak ödevime öncelik verirsem; ödevi tamamlarsam iyi bir not alabilir ve bu bana kendimi daha başarılı hissettirebilir.

Arkadaşlarla Kısa Süre Görüşmek: İyi bir planlama yaparak, dışarı çıkar, kısa bir süre vakit geçirerek hem projeye vakit ayırabilirim hem de arkadaşlarımı kırmam.



En Uygun Kararı Seçme



Eren'in, değerlendirmesi sonucunda 2. ve 3. seçenek ön plana çıkar. Sorumlu bir şekilde düşünerek, arkadaşlarına durumu açıklayıp projeyi bitirmeyi tercih eder veya onlarla kısa süreli buluşup kalan zamanı projeye ayırır. Her iki durumda da sorumluluğunu yerine getirmiş ve arkadaşlarını kırmamak için alternatif bir çözüm bulmuş olur.

Sonuçları izleme

Kararın etkilerini gözlemler. Arkadaşları, proje nedeniyle kararına anlayış gösterirse, sağlıklı bir ilişki sürdürdüğünü fark eder. Ayrıca projeyi tamamladığında aldığı iyi not ve sorumluluklarını yerine getirmiş olmanın huzurunu yaşar.

