

תהליך קוגניטיבי של בחירה מבין מספר אפשרויות.
 יכול להיות **רציונלי** - מבוסס על שיקולי רווח והפסד,
 או **לא רציונלי** - מבוסס על אינסטינקטים ואינטואיציה

לא רציונלי
 מערכת אוטומטית

רציונלי
 מערכת רפלקטיבית

הגורמים לקושי בקבלת החלטה



פרפקציוניזם



פחד
מכישלון



מניפולציות
שיווק



ריבוי
בחירות



בן פסיבי
לאקטיבי



אגו



נוחות



שמרנות



פחד
להפסיד



חוויות
העבר



עלות
שקועה



דחיית
סיפוקים



פחד
להחליט מהר



אפקט
העדר



לחץ
חברתי

השיטות



AI



קבלת
החלטות בדת



שיטת
10-10-10



מצפן
אישי



להחליט
שלא להחליט



המלצות



קבוצת
שייכות



רשתות
חברתיות

טיפים לקבלת החלטה

אל תקבל החלטה כשאתה עייף

תעשו לכם כלל: פשוט לעשות!

החלטות במנות קטנות – עובד תמשיכו, לא עובד? תחזרו לשנות

הגבלת זמן להחלטה-שימו דד ליין

תרגול מביא ביטחון - ככל שתתרגלו תהיו טובים יותר

תסלחו לעצמכם על טעויות - מיומנות של מצליחים

קחו בעלות על החלטה - גם החלטות לא מושלמות יכולות לבנות אותנו

לקבל החלטות לבד - לסמוך על האינטואיציה שלי

אם זה נעשה בעבר - אז ניתן לעשות את זה שוב

איך ארגיש עם ההחלטה? - אכזבה או הקלה?

לא משנה
הפוזיציה
תן מקום
לאינטואיציה

מסקנות וסיכום

דבר ראשון,
ערכים וחזון

להיות או לא להיות
חוק 48 השעות

למרות ההתפתחות
הטכנולוגית
תן מקום לחשיבה הלוגית

יצירת קשר ☎ 050-6779064 RYS 

REFAELMORAD@GMAIL.COM 