



Piše: Anja Žujović

Odlaganje donošenja odluka za razvoj

*Koliko puta ste čuli ili i sami izgovorili fraze: „od ponedjeljka ću“, „od sutra“, „od prvog u mesecu okrećem novi list“? Varijacija je mnogo, a pitanje koje se nameće je: zašto odlažemo svoje odluke i onda kad znamo da su za naše dobro, odnosno u funkciji našeg razvoja? Jedan od razloga je to što odluka da ćemo se razvijati obično sa sobom povlači promenu – manju ili veću, ali ipak promenu nečega što je do tada bilo ustaljeno ponašanje. A problem sa promenama paradoksalno zvuči ovako: **da bi nam bilo bolje, mora prvo da nam bude gore.***

Ilustrovaćemo to primerom koji ste sigurno svi nekad doživeli – osećajem utrnulosti. Predugo ste sedeli u nepovoljnom položaju i tek kad ste se pomerili, osetili ste neprijatnost. Ako se ne pomerate mnogo, situacija će biti podnošljivija. Ali, da bi vam zaista bilo bolje, moraćete da se pokrenete i izazovete veću neprijatnost, a tek nakon toga dolazi olakšanje.

Odlazemo, dakle, jer odluka znači menjanje trenutnog stanja, a menjanje trenutnog stanja znači napuštanje zone komfora. Zona komfora se ne zove tako bez razloga, ona je komforna i svakako udobnija od nečeg novog i nepoznatog. I ovo važi za sve ljude. Šta je onda to što izdvaja one koji su mnogo bolji u tome da prelome i donesu odluku?

Postoji mnogo faktora, a za potrebe ovog članka upoznaćemo se najpre s terminom **tolerancija na frustraciju**. Tolerisati nešto nisu u skladu s našim afinitetima. Frustracija predstavlja upravo reakciju na prepreke na putu ispunjenja naših potreba i to nije baš najprijetnije iskustvo. S obzirom na to da je frustracija sastavni deo razvoja i da se kroz život ne može izbeći, ljudi koji su spremniji da je podnose i tolerišu su upravo oni koji su efikasniji u donošenju odluka o razvoju i njihovom sprovođenju u delo. Osvrnućemo se na to kako frustracija može da zauzme različite oblike i da se nađe u osnovi odlaganja odluka na različite načine...

Na neki način, svako donošenje odluka nosi sa sobom određeni stepen **neizvesnosti**.

Mi najčešće ne možemo u početku da znamo da je odluka koju donosimo i najbolja po nas. A ljudi vole izvesnost i predvidljivost. To možemo primetiti od najranijih uzrasta – postoji urođen strah u situacijama koje izlaze iz okvira očekivanog: kao što je snažan i iznenađan zvuk ili gubitak tla. Zatim, kako odrastamo, sve se više trudimo i učimo da ljude i situacije stavljamo u određene kategorije – što nam sve pomaže u težnji da relativno dobro predviđamo stvari u budućnosti. Stoga bi se neizvesnost koju odluke nose sa sobom mogla protumačiti kao neki vid frustracije jer naša potreba za predvidljivošću nije ispunjena.

Iako smo mi odgovorni i za odlaganje – jer je i nedonošenje odluke svojevrsna odluka, mi to baš i ne vidimo tako. Kada preuzmemo

odgovornost i donesemo odluku i obznamo je drugima, mi tada stojimo kako iza potencijalnog uspeha tako i iza potencijalnog neuspeha koji iz nje može proistići. Ovo je često zastrašujuće. Suočavanje s neuspehom nam može izgledati kao potvrda da smo neadekvatni. Tako da, u ovom slučaju, naša potreba da očuvamo **samo-pouzdanje** i izbegnemo frustraciju postaje kočnica za promenu.

U skladu s tim, nekad izbegavamo donošenje odluka zbog svojih **tendencija ka perfekcionizmu**. Kada stremimo ka perfekcionizmu, imamo izuzetno visoke standarde i težimo ka „savršenstvu“. Ovo može da znači veoma dugoročnu pripremu i prikupljanje podataka u naporu da dođemo do savršene odluke. S obzirom na to da savršenstvo često i ne postoji i da proces odlučivanja neretko od nas iziskuje odabir za nijansu bolje alternative ili alternative koja je manje loša, stalno odlažemo taj trenutak kako zvanično ne bismo načinili tu fatalnu grešku, te ostajemo zaglavljani u fazi pripreme. Sve to kako ne bi bila osujećena naša potreba za savršenim stanjem. Iako možda ni naše trenutno stanje nije takvo, strah da

Kada stremimo ka perfekcionizmu, imamo izuzetno visoke standarde i težimo ka „savršenstvu“. Ovo može da znači veoma dugoročnu pripremu i prikupljanje podataka u naporu da dođemo do savršene odluke. S obzirom na to da savršenstvo često i ne postoji i da proces odlučivanja neretko od nas iziskuje odabir za nijansu bolje alternative ili alternative koja je manje loša, stalno odlažemo taj trenutak kako zvanično ne bismo načinili tu fatalnu grešku, te ostajemo zaglavljani u fazi pripreme.

može biti gore nas samo udaljava od zlatnog standarda i navodi da mislimo da je bolje da ostanemo tu gde jesmo. Važno je napomenuti da nas težnje ka perfekcionizmu mogu dovesti i do stalnog una-pređivanja, ali onda kada su prekomerno izražene postaju samosabotirajuće po nas – kočice našu odlučnost i efikasnost i uvode nas u pasivnost.

Na prolongiranje odluke u nekim slučajevima utiče i **nedostatak inicijative ili motivacije**. Nekada nas jednostavno naše okruženje ne podstiče na proaktivnost u donošenju odluka i preuzimanje odgovornosti, već nas inspiriše da prihvatamo trenutno stanje. Nekada sami nismo u dovoljnoj meri motivisani da prelomimo i ne vidimo svrhu i korist od toga. Dobro je uzeti u obzir i da neki ljudi jednostavno nisu skloni preuzimanju inicijative, ali im to ne smeta. S druge strane, dobra

vest za one koji žele da neguju ovu veštinu jeste da se ona može razvijati vežbom.

Prvi korak ka promeni jeste prepoznavanje trenutnog stanja i trenutne situacije. Kada uđemo u koren problema i identifikujemo šta je razlog zbog koga odlažemo donošenje odluke, lakše će nam biti da definišemo naredne korake.

Pa ako ste uspeali da otkrijete šta je to što vas najviše koči u donošenju odluka – sjajno, zapamtite ili pribeležite to negde sebi. Sada znate na čemu možete da poradite već od srede, petka ili subote i postanete još bolja verzija sebe. ☺



Anja Žujović
H.art Development Center
Blanchard Srbija
www.hart.rs
www.blanchard.rs