



Je rozhodování snadné?

Klementová O.

KARIM Fakultní nemocnice Olomouc

LF UP v Olomouci

saol@email.cz

ČSIM 2018

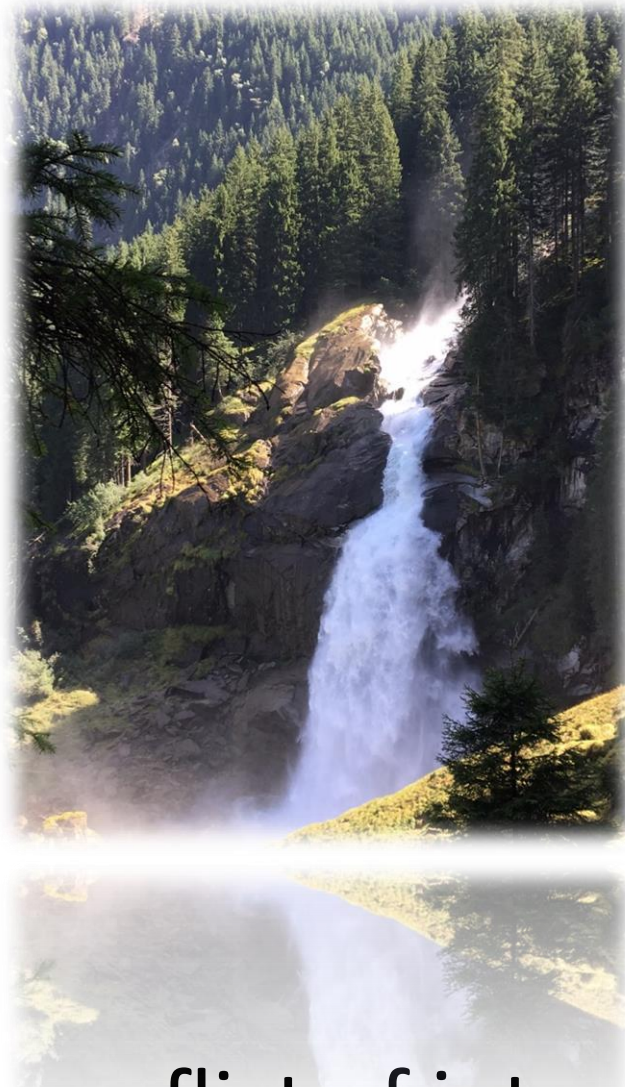




Je rozhodování
snadné?

Není...!





no conflict of interest

ČSIM 2018



JE ROZHODOVÁNÍ SNADNÉ?

- # Psychologické aspekty rozhodování
- # Rozhodování v medicíně
- # Rozhodování v neprofesním životě
- # Je rozhodování snadné - teorie v praxi
- # Existuje (snadné) řešení?
- # Závěr





PSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY ROZHODOVÁNÍ

- **Velmi složité...**
- **Individuální osobnostní charakter - obecná typologie**
- **Schopnost řešit krizové situace - interindividuální variabilita a limitace**
- **Zvládání zátěžových situací a reakce na stres**
- **Schopnost situaci přijmout, vyhodnotit, zpracovat a zaujmout postoj - adekvátní**



PSYCHOLOGICKÉ ASPEKTY ROZHODOVÁNÍ



Zřejmě základním předpokladem, na němž se různá vymezení obsahu pojmu „resilience“ **v** zásadě shodují, je to, že jde o schopnost účinné adaptace na situace, **v** nichž je **přítomna nepřízeň, nebezpečí, nežádoucí riziko**, tedy na situace, které zahrnují reálné či potenciální **ohrožení jedince**, spojené s neoptimální zátěží (stressem). Na ukázkou uvedeme příklady definic, kde je důraz na přítomnost rizika patrný.

Z našich autorů například Vágnerová (2010, s. 354) definuje resilienci jako „skutečnost, že určitý jedinec má dost fyzické i psychické síly a dostatečné sociální dovednosti, aby se mohl úspěšně vyrovnat s nejrůznějšími problémy a ještě dokázal takto získané zkušenosti využít ve svůj prospěch“.

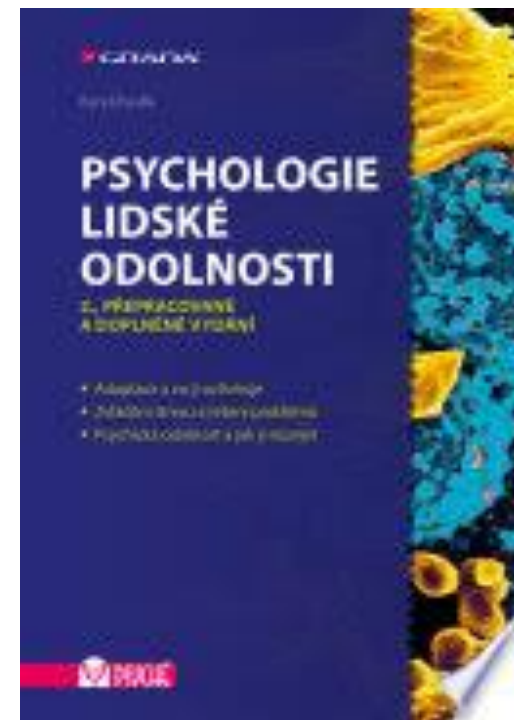
INDIVIDUÁLNÍ STYLY ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ

Při volbě strategických či taktických postupů v konfliktních situacích se uplatňuje individuální styl řešení konfliktu. Je dán příznačným sklonem upřednostňovat v řešení interpersonálních konfliktů některé postupy před jinými. Lidé zpravidla uplatňují určitý styl v různých konfliktních situacích i přesto, že se pro danou situaci příliš nehodí. Navíc univerzální způsob chování vhodný pro všechny situace ani neexistuje.

Karel Paulík

PSYCHOLOGIE LIDSKÉ ODOLNOSTI

2., PŘEPRACOVANÉ
A DOPLNĚNÉ VYDÁNÍ



INDIVIDUÁLNÍ STYLY ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ

Sova (integrativní styl) – přistupuje ke konfliktům uvážlivě a věcně. Chápe je jako příležitost ke zlepšení mezilidských vztahů. Snaží se je řešit racionálně, využívá při tom diskusi při hledání různých řešení. Vždy hledá win-win výsledku (zpravidla existuje více možných řešení) pro všechny strany. Cílem je odstranění negativních pocitů.

Želva (únikový styl) – v jistém smyslu je pasivní. Při řešení konfliktů se snadno vzdává, když se dostane do střetu s cíli nebo s jinými lidmi. Při řešení konfliktu se uzavírá do sebe v naději, že je snadnější vydržet než jej řešit.

Liška (kompromisní styl) – jde za dosažením svých cílů ve snaze slevit z nich jen v míře za daných okolností nezbytné. K ústupkům se snaží přimět i druhou stranu způsobem „něco za něco“.

Medvídek (přizpůsobivý styl) – preferuje zejména dobré vztahy s ostatními, touží po oblibě a uznání i za cenu ústupků. Snaží se konfliktům vyhnout nevyhrocováním a urovnáváním protichůdných tendencí.

Žralok (soupeřivý styl) – je založený na upřednostňování vlastních cílů a na snaze dosáhnout jich za každou cenu (napadání, zastrašování, udolání dlouhodobým tlakem). Dosažení cíle je vnímáno jako úspěch, vítězství, nedosažení jako porážka, důsledek vlastní slabosti, selhání.



Karel Paulík

**PSYCHOLOGIE
LIDSKÉ
ODOLNOSTI**

2., PŘEPRACOVANÉ
A DOPLNĚNÉ VYDÁNÍ



ROZHODOVÁNÍ V MEDICÍNĚ



- Ještě složitější...
- Krizové situace vyžadující rychlé rozhodnutí
- **Minimum informací a málo času**
- **Rozdílnost ve zvládání zátěže velmi individuální**
- **Vliv stresu na výkon**
- Stres - nezvládnutí situace, pochybení, selhání
následky medicínské a právní...
- ...a co potom?
- ...debriefing? relaxace? adaptace? zhroucení? vyhoření?



ROZHODOVÁNÍ V NEPROFESNÍM ŽIVOTĚ

- **Velmi podobné...**
- **Vetší emoční zátěž..?**
- **Zásadní životní rozhodnutí...**
- **Existuje řešení?**
- **Připravenost před a pomoc poté...**
- **Individuální rozdíly dané osobností**



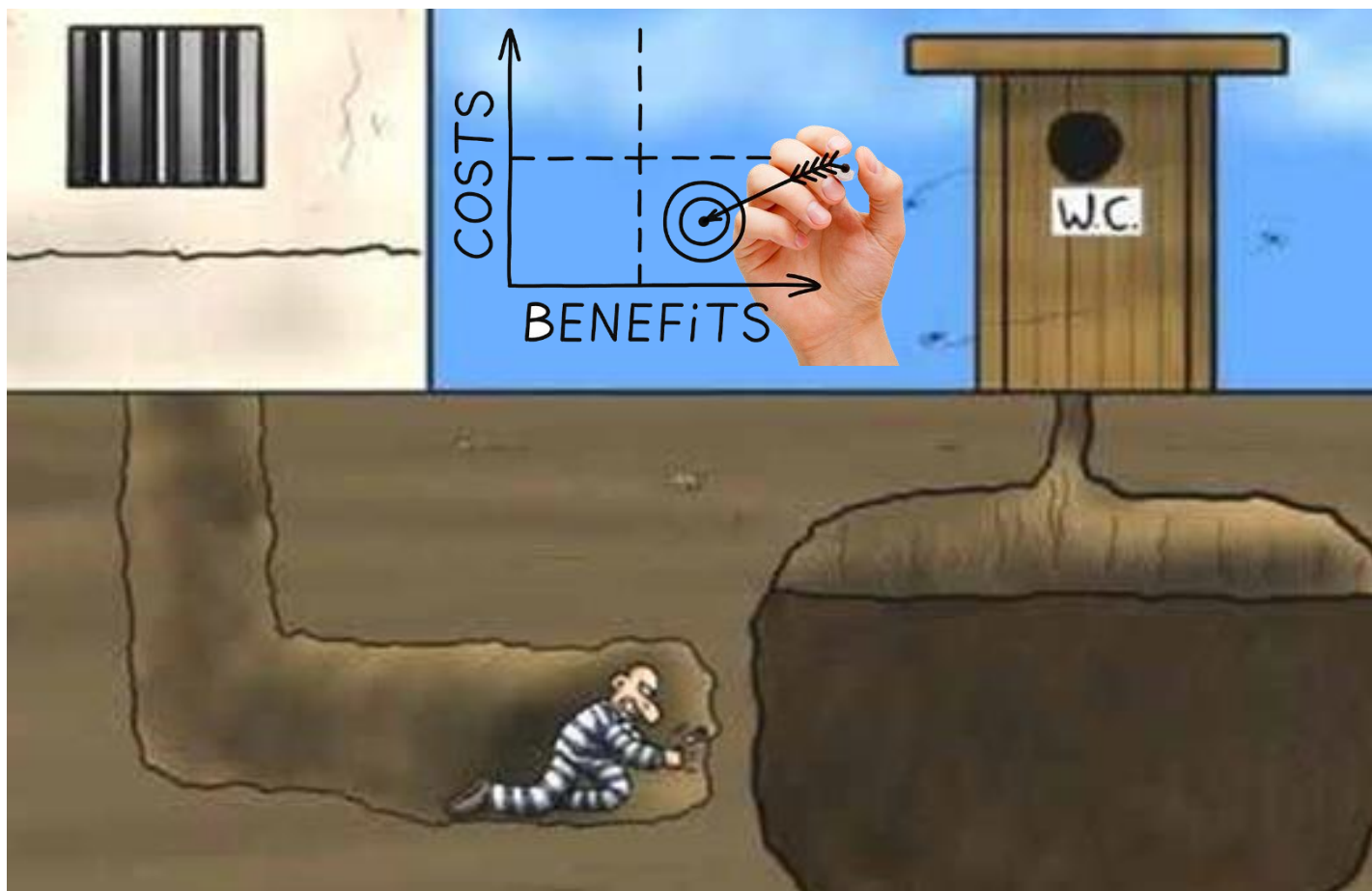
JE ROZHODOVÁNÍ SNADNÉ - TEORIE V PRAXI

„Udělat věc, které se bojíme, je první krok k úspěchu.“

(Gándhí)



1. Finální rozhodnutí je třeba vždy rozvážit se všemi aspekty rizikovosti - vztaženo na (ne)čekanou reakci/následky...a **nemusí být vždy finální**



2. Znalost priorit a schopnost řešit komplikace



3. Záložní plány B...C...D...



4. Vyzrálost přijmout rizika jakéhokoliv rozhodnutí



5. Interindividuální variabilita každé osobnosti, která je determinována

- **charakterem**
- **schopností řešit krizové situace**
- **zvládat stres vyrovnat se s následky**



6. Nácvik dynamických stereotypů - umožní zvládnout komplikovanější situace při dokonalé znalosti základních postupů



EXISTUJE (SNADNÉ) ŘEŠENÍ?...SIMULACE?



#



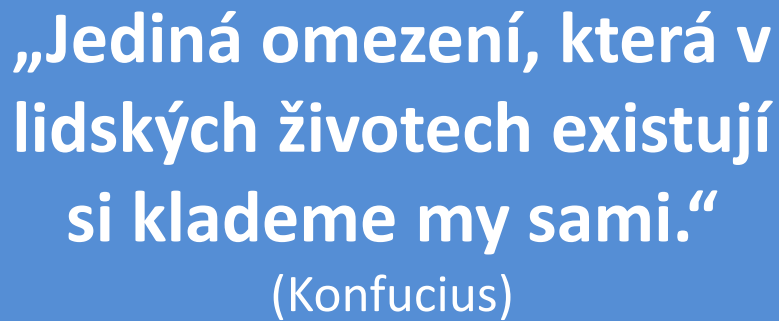
THE

TAKE-HOME MESSAGE

- Rozhodování ... není snadné, ale...
- Vždycky se **musíme nějak** rozhodnout...
- ...**a konečné řešení nemusí být konečné a definitivní!**
- Je **modifikováno specifickými vlastnostmi každé osobnosti** - charakter, schopnost řešit krizové situace a **schopnost zvládat stres a vyrovnat se s následky**
- Nácvik komunikace, kooperace a dynamických stereotypů může pozitivně ovlivnit výsledek našeho (nejen) profesního úsilí
- To vše může přispět ke zvýšení profesionality, bezpečnosti (pacienta/lékaře) a snížení stresu
- Možno aplikovat obecně v neprofesní oblasti
- ...**umění relaxovat...!!!!**



Je rozhodování snadné?

[illegible]

Děkuji za
pozornost

