

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

生涯决策风格

美国职业生涯专家斯科特(Scott)和布鲁斯(Bruce)于 1995 年 认为决策风格是在后天的学习经验中逐渐形成的，将决策风格划分为五种类型：理智型、直觉型、依赖型、回避型和自发型。

(一)理智型

以周全的探求，对选择的逻辑性评估为特征。理智型的决策者具备深思熟虑、分析、逻辑的特性。这类决策者会评估决策的长期效用并以事实为基础做出决策。理智型决策风格是比较受到推崇的决策方式，强调综合全面的收集信息、理智的思考和冷静的分析判断，是其他决策风格的个体需要培养的一种良好的思考习惯。但理智型的决策风格也并不是理想的、完美的决策方式，即使采用系统的、逻辑的方式，也会出现因为害怕承担决策的后果而不能整合自己和重要他人观点的困扰。

(二)直觉型

以依赖直觉和感觉为特征，比较关注内心的感受。直觉型的决策风格以自我判断为导向，在信息有限时能够快速做出决策。当发现错误时能迅速改变决策。由于以个人直觉而不是理性分析为基础，这类决策发生错误的可能性较大，因此，易造成决策不确定性，容易丧失对直觉型决策者的信心。

(三)依赖型

以寻求他人的指导和建议为特征。依赖型的决策者往往不能够承担自己做决策的责任，允许他人参与决策并共同分享决策成果，会受到他人的正面评价，但也可能因为简单地模仿他人的行为导致负面的反应。依赖型的决策者需要理解生活中重要他人对自己的影响程度。

(四)回避型

以试图回避做出决策为特征。回避型的决策风格是一种拖延、不果断的方式。面对决策问题会产生焦虑的决策者，往往因为害怕做出错误决策而采取这样的反应。往往是由于决策者不能够承担做决策的责任，而倾向于不考虑未来的方向，不去做准备，不知道自己的目标，也不思考，更不寻求帮助。这样的决策者更容易受到学校等支持系统的忽略。所以，这些学生需要意识到自身的决策风格及其可能造成的危害，努力调整，增强职业生涯规划的意识 and 动机，才能从根本上得到帮助。

(五)自发型

以渴望即刻、尽快完成决策为特征。自发型的个体往往不能够容忍决策的不确定性以及由此带来的焦虑情绪，是一种具有强烈即时性，并对快速做决策的过程有兴趣的决策风格。

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

自发型决策者常会基于一时的冲动，在缺乏深思熟虑的情况下做出决策，此类决策者通常会给人果断或过于冲动的感觉。

现在来测试一下：你是拥有什么样的决策风格？

Harren 决策风格测试

根据下列选项做出判断，符合记 1 分，不符合记 0 分

51选校网首收

51 选校网生涯规划教育系统——生涯先行，升学无忧！

序号	情景描述	是否符合
1	我常常仓促做草率的判断	
2	我做事情时不喜欢自己出主意	
3	碰到难做的事情，我就把它放到一边	
4	我会多方收集决定所必须的一些个人及环境材料	
5	我常凭一时冲动做事	
6	做事时我喜欢有人在旁边，以随时商量	
7	遇到需要做决定的，我就紧张不安	
8	我会将收集到的材料加以比较分析，列出选择的方案	
9	我经常改变我所做出的决定	
10	发现别人的看法与我的不同，我就不知怎么办	
11	我做事总是东想西想，下不了决心	
12	我会权衡各项可选择方案的利弊得失，判断出此时此地最好的选择	
13	做决定之前，我从未做任何准备，也未分析可能的结果我	
14	我很容易受别人意见的影响	
15	我觉得做决定是一件痛苦的事情	
16	我会参考其他人的意见，再斟酌自己的情况来做出最适合自己的决定	
17	我常常不经慎重思考就做决定	
18	在父母、师长或亲友催促做决定之前，我并不打算做任何决定	
19	为了避免做决定的痛苦，我现在并不想做决定	
20	经过深思熟虑之后，我会明确决定一项最佳方案	
21	我喜欢凭直觉做事	
22	我常让父母、师长或亲友为我做决定	
23	我处理事情经常犹豫不决	
24	当已经决定了所选择的方案，我会展开必要的准备行动并全力以赴做好它	

51 选校网生涯规划教育系统一生涯先行，升学无忧！

决策风格类型测试结果

题号组	1. 5. 9. 13. 17. 21	2. 6. 10. 14. 18. 22	3. 7. 11. 15. 19. 23	4. 8. 12. 16. 20. 24
得分				
决策类型	直觉型	依赖型	回避、犹豫型	理智型