

TOMA DE DECISIONES

(QUINTO SEMESTRE)

MÓDULO I:

TEMA: ACTITUD Y PENSAMIENTO

GUÍON EXPLICATIVO DE LA PRESENTACIÓN DE 40 DIAPOSITIVAS

Se recomienda utilizar esta presentación para desarrollar el **tema 2: “Actitud y pensamiento”**, después de que los estudiantes hayan visto la película “la decisión de Sophie”, de esta manera el alumno podrá participar de manera más activa con preguntas, comentarios etc. Lo que le ayudará a clarificar información y que le permitirá poder aplicar dicha información en su propia vivencia de sus propias actitudes y pensamientos y su efecto en la toma de decisiones que lleva a cabo en la vida cotidiana.

Como sabemos los materiales didácticos tienen varias funciones dentro de las estrategias didácticas, entre las que tenemos las de motivar y mantener el interés, además de que con la información se provoca la reflexión sobre los temas tratados, en este caso respecto a algunos elementos importantes sobre el tema de como tener una adolescencia a plenitud, considerando los aspectos de iniciativa, autodisciplina, perseverancia en el logro de sus metas y promoción de la salud física y mental.

Este Material Didáctico está formado por una serie de diapositivas, cada una de las cuales muestra **información** referente a contenidos del Módulo I del Programa de Toma de Decisiones denominado “Recursos personales para la

toma de decisiones”, para lo cual se muestran imágenes con información breve que invita al análisis de la misma. Es importante que en cada uno de los aspectos que se van abordando, se implementen actividades de aprendizaje las cuales en algunos casos pueden ser alguna reflexión personal, en otros que realicen trabajo en parejas, en equipo, o bien que con preguntas detonadoras se reflexione de manera grupal y con lluvia de ideas se conozcan sus opiniones y se guíen a una conclusión.

La **Metodología** que se recomienda para utilizar esta presentación dentro del aula, responde a los 3 momentos de una secuencia didáctica a saber: apertura, desarrollo y cierre. Donde en un primer momento que corresponde a la **apertura**, se recupere información sobre los conocimientos adquiridos por los alumnos sobre el tema de familia, y se presenten situaciones de problematización (siguiendo los momentos del aprendizaje que nos propone Robert Marzano), posteriormente en el **desarrollo** presentar las diapositivas con información teórica, planteando algunas actividades prácticas que les permitan clarificar la información y posteriormente aplicarla.

Finalmente en el momento de **cierre**, se sugiere que se presenten actividades para que los estudiantes en un ejercicio de meta cognición, puedan identificar los aprendizajes logrados, así como la utilidad de estos en su vida cotidiana.

Existe una variedad de estrategias para aplicar en los diferentes momentos de una secuencia didáctica, en este sentido, es importante que el docente haga uso de varias estrategias diferentes en cada momento, a fin de no caer en una rutina y se provoque aburrimiento en los estudiantes.

En este sentido, un ejemplo en términos generales para utilizar este material es el siguiente:

- a). Presentar la diapositiva.
- b). Invitar a los alumnos a que comenten en parejas cómo entienden la información de la diapositiva, y elaboren una breve conclusión en pareja.

- c). Con lluvia de ideas comparten sus puntos de vista, el maestro escucha algunos comentarios y guía los mismos hacia una conclusión, aclarando si es necesario la información en caso de que observe alguna confusión al respecto.
- d). Individualmente el alumno escribirá como puede aplicar a su vida la información contenida en la diapositiva y analizada con sus compañeros.
- e). El maestro solicita a quienes deseen compartir su información, se escuchan algunas ideas y se dirigen a una conclusión.
- f). Se pasa a la siguiente diapositiva.
- g). Una vez concluida la sesión. Los alumnos elaborarán sus conclusiones contestando las preguntas: ¿Qué aprendí? ¿Cómo lo aprendí? Y ¿Qué más me gustaría aprender sobre el tema?

Esta metodología permite desde el enfoque constructivista y por competencias, que el alumno vaya construyendo junto con sus compañeros y la guía del maestro, el concepto de actitudes, bloqueos y facilitadores en la toma de decisiones y emociones, que son los temas contenidos en el programa, mismos que ejemplificados ayudarán a la comprensión y sobre todo aplicación de estos en la toma de decisiones en su vida cotidiana.

| NÚMERO DE DIAPOSITIVA | DESCRIPCIÓN |
|-----------------------|--|
| 01 | Portada con nombre de la Institución: Universidad Autónoma del Estado de México junto con el escudo, de igual manera aparece el nombre del Plantel (Plantel Nezahualcóyotl de la Escuela Preparatoria). Título de la presentación con el nombre del tema, el nombre de la autora y la fecha. |
| 02 | Hacer una introducción al tema de <i>Actitud y Pensamiento</i>, recuperando los conocimientos anteriores donde ya se viene hablando de las decisiones, cuándo y para qué se toman decisiones, ahora se comentaran dos elementos que son importantes en este proceso y que son las actitudes y los pensamientos o creencias. |

| | |
|----|--|
| 03 | <p>Explicar el propósito del tema que es: “Analiza críticamente su actitud y cómo influye ésta en la Toma de Decisiones”, comentar que al finalizar el tema volveremos a revisar si se cumplió este propósito.</p> |
| 04 | <p>Comentar que en su transcurso por la preparatoria, ellos han desarrollado una serie de competencias tanto genéricas como disciplinares en este caso la competencia genérica a desarrollar es la 1 con su atributo que indica que <i>analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones</i>, explicar a qué se refiere.</p> |
| 05 | <p>Presentar los subtemas que se tratarán: Efecto Pigmalión Bloqueos y facilitadores Las emociones que influyen en la toma de decisiones Mismos que están contenidos en el programa oficial de la asignatura.</p> |
| 06 | <p>Comentar que las actitudes son tendencias o disposiciones adquiridas que predisponen a las personas a percibir de cierta manera lo que les rodea, ya sea persona, suceso o situación y actuar consistentemente frente a ello. De ahí que estas influyen de manera decisiva en nuestra conducta y por supuesto en la toma de decisiones y que sobre este tema se seguirá comentando.</p> |
| 07 | <p>Solicitar que analicen las diferentes frases de esta diapositiva y explique que entienden en cada una de ellas, escuchar algunas respuestas y guiarlas hacia la importancia de las actitudes positivas.</p> |
| 08 | <p>Recordar a los alumnos que La toma de decisiones a nivel individual se caracteriza por el hecho de que una persona haga uso de su razonamiento y pensamiento para elegir una solución a un problema. En este sentido la actitud debe estar encaminada a que la decisión será para bien.</p> |
| 09 | <p>Comentar que somos lo que pensamos. Si nuestro discurso interior es negativo pues somos eso: seres pesimistas irradiando energía negativa. Por el contrario, si nuestro discurso interior es positivo somos seres que creamos y emanamos energía positiva. El pensamiento positivo y el pensamiento negativo son semillas. Siembra ideas y sentimientos positivos en tu mente y recogerás acciones positivas.</p> |

| | |
|----|--|
| 10 | <p>Solicitar a los alumnos que identifiquen y escriban cinco pensamientos positivos que con frecuencia se dicen, pedir que compartan algunos en la idea de enriquecer el trabajo de todos.</p> |
| 11 | <p>Explicar cada uno de los puntos de esta diapositiva y que son los resultados de un pensamiento positivo. Dar ejemplos de cada uno de ellos y solicitar que ellos aporten un ejemplo más, escucharlos y guiar a una conclusión respecto a la importancia del pensamiento positivo.</p> |
| 12 | <p>Comentar el experimento clásico del efecto Pigmalión (o algún otro ejemplo) En una clase completamente normal y con una capacidad similar sin grandes diferencias entre sí y con el mismo objetivo de aprobar el curso, se le dijo al profesor que ciertos alumnos escogidos de manera aleatoria tenían una gran capacidad y un gran potencial para aprobar con éxito y buenas notas y cuales iban a ser malos estudiantes y tener malos resultados.</p> <p>A medida que el tiempo fue pasando las estimaciones que se le dieron al profesor de forma aleatoria fueron cumpliéndose. Aquellos alumnos que él creía que iban a ir bien, consiguieron buenos resultados mientras que los que iban a ir mal tuvieron resultados más pobres.</p> <p>Preguntar ¿por qué creen que se dieron estos resultados? Solicitar la lectura del mito griego de Pigmalión.</p> |
| 13 | <p>Continuar con la lectura del mito de Pigmalión y Galatea que sigue en esta diapositiva.</p> |
| 14 | <p>Explicar el fenómeno del “efecto Pigmalión”, dar varios ejemplos, además de explicar el que aparece en esta diapositiva.</p> <p>Comentar que Sean Covey en su libro (imagen), comenta que son 6 decisiones importantes las que hay que tomar en la vida, estas tienen que ver con aspectos profesionales, de salud personal, de relación familiar, vida sexual y noviazgo etc. Este tipo de decisiones por su gran trascendencia deben de ser cuidadosamente analizadas. Aportar ejemplos de algunas de ellas.</p> |
| 15 | <p>Preguntar a los alumnos ¿qué es un bloqueo?, ¿qué es un facilitador. Hacer referencia a que en la toma de decisiones también hay algunas situaciones o características de las personas que se convierten en bloqueos o bien en</p> |

| | |
|----|---|
| | <p>facilitadores en la toma de decisiones, y es el tema que se analizará a continuación.</p> <p>Explicar que debemos cuidar que las decisiones que tomemos obedezcan a una rutina, es decir, no porque alguna vez nos funcionó una decisión, quiere decir que siempre nos resultará bien, cada decisión tiene su propia información, momento, importancia condiciones etc. Un cambio de enfoque siempre es útil.</p> |
| 16 | <p>Hacer referencia a que cuando se trate de tomar una decisión importante y de manera personal, debes cuidar no se presionado por el tiempo o por otras personas, tomar una decisión apresurada puede ser un bloqueo para el proceso decisional, dar ejemplos de ello.</p> |
| 17 | <p>Explicar los dos bloqueadores que aparecen en esta diapositiva. Una tiene que ver con las emociones y otra con evitar las situaciones que implican tomar una decisión, en ambos casos dar ejemplos.</p> |
| 18 | <p>Comentar porque una autoestima baja dificulta la toma de decisiones sobre todo porque no se tiene la confianza de que las decisiones a tomar sean buenas, por la misma falta de auto confianza, igualmente difícil es tomar decisiones cuando se está deprimido.</p> |
| | <p>Hacer referencia a los dos bloqueadores de la toma de decisiones que aparecen en esta diapositiva que va en la misma idea de los bloqueos anteriores, aquí el hecho de querer agradar a los demás, hace que perdamos la dimensión del objetivo que queremos alcanzar al tomar la decisión, en ese caso hay una paralización de la persona que le impide tomar la mejor alternativa.</p> |
| 19 | <p>Comentar que afortunadamente no estamos solos en este proceso de tomar decisiones, hay personas que nos rodean y que tienen mucha experiencia en tomar buenas decisiones, es importante acercarnos a ellos y considerar su punto de vista que nos aclarara el panorama. Es importante aclarar que la decisión la tomaremos nosotros, pero puede tener mejores perspectivas si alguien con experiencia y objetividad nos da su punto de vista.</p> |
| 20 | <p>Explicar cada uno de estos bloqueadores y dar ejemplos de</p> |

cada uno de ellos, solicitar también a los estudiantes qué han observado que les impide decidir a las personas o a ellos mismos.

Explicar que cuando se trata de decisiones en equipo son mejores aquellas que son tomadas después de considerar diferentes puntos de vista, ya que de esta manera será enriquecida y de mejor calidad.

21 Invitar a los alumnos a que en un ejercicio de auto observación ubiquen algunos aspectos que les impiden tomar decisiones, solicitar que compartan algunos de ellos, mencionando que es importante la detección de estos factores a fin de poder contrarrestarlos.

Comentar que hay dos momentos en el análisis de una situación, primero se deben generar el mayor numero de ideas o bien hacer acopio de la mayor información posible, posteriormente, se hace un análisis cuidadoso de dicha información, finalmente se toma la decisión.

22 Comentar que afortunadamente hay factores que facilitan la toma de decisiones, uno de ellos es la auto estima alta, por lo que debemos procurar mantener este auto amor de manera óptima, buscando siempre lo mejor para nosotros mismos y así extender este bienestar hacia quienes nos rodean, confiando en que tomamos las mejores decisiones.

23 Explicar cada uno de los facilitadores que aparecen en esta diapositiva, y dar ejemplos de una persona proactiva, disciplinada, que mantiene comunicación asertiva. Resaltando la importancia de estos aspectos y como es que se convierten en facilitadores dela toma de decisiones. Solicitar ejemplos a los alumnos a fin de clarificar los conceptos si son ejemplos reales de personas cercanas a ellos o de ellos mismos es mejor.

Comentar que antes de decidir, se debe tener claridad en el ¿por qué se va a tomar una decisión? y ¿Para qué tomarla?, ¿que situación se va a resolver? y ¿qué criterios debe tener esa decisión?

24 Se invita al estudiante a pensar en la relación a lo que sucede cuando tomamos decisiones sin analizar las posibilidades. Explicar en qué consiste el proceso de análisis y dar ejemplos a fin de clarificar la información de esta diapositiva,

| | |
|----|--|
| | <p>destacando la importancia que tiene el análisis en la toma de decisiones. Explicar que hay un tipo de decisiones que afectan a otras personas, por ejemplo las que toma un padre y que afectan a los miembros de la familia, o las que toma un director de escuela o un gerente de una empresa, por lo que es importante analizar muy bien la información que envuelve a este tipo de decisiones.</p> |
| 25 | <p>Se hace referencia a la conveniencia de tener un “plan B” cuando se toman decisiones, previendo el caso de que los resultados no sean los esperados a fin de ir haciendo los ajustes necesarios, se puede poner el ejemplo de que si eliges estudiar una carrera y ya decidiste hacer el examen de admisión, es conveniente considerar una segunda opción previendo el caso de que no seas aceptado en la carrera de primera opción. Por supuesto que la segunda opción también debe ser satisfactoria para el alumno. Solicitar algún otro ejemplo de la vida cotidiana de los estudiantes donde se vea reflejada esta idea.</p> |
| 26 | <p>Introducir el tema del papel de las emociones en la toma de decisiones, explicar brevemente qué es una emoción, los componentes de las reacciones emocionales, y dar ejemplos de emoción. Explicar que no se recomienda tomar decisiones cuando estamos experimentando una emoción intensa, llámese “enojo”, “miedo”, incluso “amor”, con frecuencia cuando se toman decisiones por impulso no repercuten en buenos resultados, porque no están bien pensadas y analizadas las cosas. Es mejor postergar la decisión hasta que estemos calmados. Es necesario aportar ejemplos a fin de clarificar esta idea.</p> |
| 27 | <p>Proporcionar ejemplos de cómo las emociones influyen favorable o desfavorablemente en nuestras decisiones, en la idea de que promovamos una inteligencia emocional para tomar decisiones de calidad, explicar qué es la Inteligencia emocional y sus elementos.</p> |
| 28 | <p>Solicitar que analicen esta frase de Steve Jobs y qué relación tiene esta con el tema de las decisiones y las emociones. Escuchar algunas ideas y complementarlas.</p> |
| 29 | <p>Comentar que las mejores decisiones son aquellas en las que se toma un tiempo prudente para analizar la información necesaria y disponible, destacar lo que dice esta diapositiva, para tomar una decisión es necesario reflexionar</p> |

racionalmente y no sólo dejarnos llevar por las emociones.

30

Continuar explicando la idea anterior, proporcionando varios ejemplos de evaluación de la importancia de las emociones en la toma de decisiones, mencionar que estando atentos a este aspecto, poco a poco iremos mejorando esta habilidad, lo que nos permitirá ser cada día mejores en la toma de decisiones. Solicitar a los estudiantes si tienen alguna experiencia en que hayan evaluado una decisión tomada o bien se les invita a evaluar alguna decisión tomada recientemente en función de sus emociones, escuchar algún ejemplo y retroalimentar.

31

Comentar que también en las decisiones que tomamos en equipo, debemos considerar las emociones de todos los participantes que están entrando en juego al momento de decidir, en este sentido debes estar atento y confiar en los compañeros de equipo que conoces como responsables. Son mejores las decisiones colectivas, discutidas, en las que se consideran varios ángulos.

32

Explicar que el último paso de la decisión es la acción, con apoyo de esta dispositiva hay que destacar la importancia de planear para ejecutar la elección tomada y estar atento para evaluar los resultados y si es el caso corregir el rumbo de la decisión tomada. Comentar con más detalle la conveniencia de estar preparados para cambiar, según las situaciones no previstas que pudieran presentarse.

33

Recordar finalmente a los estudiantes que la importancia de la toma de decisiones radica en que estas determinan el nivel de vida de las personas, por ello es importante que revisen sus decisiones porque de ellas dependerá el éxito que logren en las metas que se propongan.

34

Comentar que afortunadamente es posible tomar excelentes decisiones, ya que se trata de una habilidad que podemos desarrollar, la clave está en seguir un proceso que implica un análisis cuidadoso de la información relacionada con la decisión. Y cuidar que nuestra actitud, pensamientos y emociones sean siempre positivos.

35

Invitar a la reflexión ¿Cómo puedes aplicar lo visto en este módulo en las decisiones que tomes en lo sucesivo? con el apoyo de esta diapositiva, dar tiempo para que escriban, posteriormente escuchar algunos comentarios y

| | |
|----|---|
| | retroalimentar. |
| 36 | Pedir que elaboren a manera de conclusión y cierre los aprendizajes que adquirieron en el desarrollo de este tema “Actitud y pensamiento”, escuchar algunas aportaciones y guiar los comentarios hacia la importancia de ubicar nuestras actitudes, pensamientos y emociones positivas para tomar decisiones de mayor calidad para obtener las metas que se propongan. |
| 37 | Solicitar que evalúen este material didáctico, comentando lo que más les gustó de este, así como lo que no les agradó del mismo. |
| 38 | Siguiendo el orden de ideas, solicitar que escriban algunas sugerencias para el mejoramiento de este material didáctico, pueden entregarlas de manera física y personal a la autora o bien vía correo electrónico, mismo que se proporciona |
| 39 | Sugerir a los estudiantes la revisión de los siguientes videos para reforzar los temas aquí revisados. |
| 40 | Sugerir a los alumnos buscar más información respecto al tema de Actitud y Pensamiento, considerando de manera importante los facilitadores del toma de decisiones y de inteligencia emocional y su influencia en este proceso decisional, para lo cual se presenta una lista de fuentes que pueden ser consultadas. |

Elaboró:
M. en S.P. Ma. Del Socorro Reyna Sáenz
Agosto de 2015