

TOMAR DECISIONES GRANDES Y PEQUEÑAS



AGENDA

- Actividad inicial
- Decisiones apresuradas
- ¿Caliente o frío?
- Querida fuente
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán que la importancia de una decisión está determinada por sus consecuencias.

Los estudiantes identificarán los factores que influyen en las decisiones que toman.

Los estudiantes reconocerán y usarán su poder para tomar decisiones, incluso cuando estas decisiones sean difíciles.

Materiales necesarios

- Un par de calcetines enrollados en una pelota (Parte I)
- Una copia de la hoja de actividades "¿Caliente o frío?" (Parte II)

Actividad inicial (3 minutos)

Lea en voz alta el siguiente párrafo. Pídeles que lleven la cuenta de las decisiones que tomó mientras se preparaba para salir de casa para ir a la escuela hoy:

Esta mañana sonó el despertador y pulsé el botón de repetición (1). Diez minutos después, me levanté de la cama (2) y me duché (3). Luego, me lavé los dientes (4). Desayuné un vaso de jugo (5) y taza de cereales (6) con bananas (7). Me puse esta ropa (8) y mis zapatos negros (9). Pero me cambié los zapatos (10) antes de salir porque quería usar otro par.

Pregunte a varios estudiantes cuántas decisiones contaron. Si los estudiantes no concuerdan con la cantidad, vuelva a leer el párrafo, esta vez señalando cada acción, una por una, mientras lee. Después, diga: "Es bastante sorprendente, ¿no? Tomé al menos 10 decisiones antes de salir de casa esta mañana. Algunas fueron pequeñas y no pensé mucho en ellas. Otras fueron más importantes y requerían más reflexión. Hoy examinaremos los tipos de decisiones que ustedes toman".

Parte I Decisiones apresuradas (20 minutos)

Propósito: los estudiantes comienzan a comprender que la importancia de una decisión está determinada por sus consecuencias.

1. Los estudiantes participan en una actividad en la que toman decisiones apresuradas.

Explíqueles que jugarán a un juego para estimular su pensamiento sobre la manera en la que toman decisiones. Dícales que lanzará una pelota de medias a un estudiante mientras formula una pregunta. El estudiante debe atrapar la pelota y luego lanzársela de nuevo mientras responde la pregunta.

Comience el juego, formulando preguntas que sean cada vez más difíciles, como las que aparecen a continuación. Si los estudiantes dudan a la hora de lanzarse la pelota, pídeles que se la regresen rápidamente con la respuesta. Continúe con el juego, incluso si no responden por completo.

- ¿En qué muñeca llevarías un reloj o una pulsera?
- ¿Hoy elegiste usar calcetines blancos, negros o de colores?
- ¿Qué harás hoy después de la escuela?
- Si fueras a ver una película esta noche, ¿cuál sería?
- Tienes que terminar de leer un libro para el próximo lunes. ¿Cuándo lo harás?
- Si encontraras dinero junto a tu casillero, ¿lo guardarías y no se lo dirías a nadie, o intentarías averiguar quién lo dejó?

2. Los estudiantes evalúan sus decisiones.

Para iniciar un debate sobre los distintos grados de dificultad a la hora de tomar decisiones, pregúnteles si les pareció más difícil responder algunas preguntas que a otras. Pídales que identifiquen qué preguntas parecían fáciles (*las dos primeras*), cuáles parecían más difíciles (*las dos del medio*) y cuáles parecían las más difíciles (*las últimas dos*). Desafíelos a que expliquen por qué.

3. Los estudiantes examinan la importancia de las consecuencias.

Mediante el debate, guíelos para que se den cuenta de que algunas decisiones son bastante fáciles de tomar porque implican preferencias personales, el color de los calcetines que usan hoy, por ejemplo, y no tienen consecuencias reales. No vale la pena preocuparse por este tipo de decisiones.

Escriba la palabra "consecuencias" en la pizarra y pídales que expliquen qué significa para ellos esta palabra. (*Los estudiantes deberían responder: el resultado o la consecuencia de una acción; lo que ocurre a causa de otra cosa*). Si tienen dificultades para verbalizar una definición, pídales que usen la palabra en una oración.

Pídales que reflexionen sobre por qué algunas decisiones podrían ser más difíciles de tomar que otras. Ofrezcales un ejemplo para estimularlos. Diga: "Imaginen que asisten a una tutoría después de clase para mejorar sus calificaciones en una asignatura en la que tienen dificultades. ¿Cuáles podrían ser las consecuencias de no asistir a estas clases?". (*Los estudiantes podrían responder: bajas calificaciones, más tiempo para pasar en casa o con los amigos, ningún progreso en la asignatura*).

Explique que la mayoría de las decisiones tienen consecuencias positivas y negativas. Esta es la razón por la que algunas decisiones son más difíciles que otras.

Luego, pídeles que reflexionen sobre por qué algunas decisiones podrían ser muy difíciles de tomar. Pregúnteles qué harían si encontraran dinero junto a su casillero. Afirme respuestas que señalen que esta decisión podría tener muchas consecuencias complejas y que requieren mayor tiempo de reflexión. Asegúreles que hablarán más sobre las consecuencias en lecciones posteriores.

Concluya el debate recordándoles que toman muchísimas decisiones cada día. Señale que es importante reflexionar sobre la manera en que tomamos algunas de esas decisiones. Dígales que, además de analizar las consecuencias de las decisiones que tomamos, también debemos tener en cuenta otros factores que influyen en nuestras decisiones.

Parte II ¿Caliente o frío? (10 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican los factores que influyen en las decisiones que toman.

1. Los estudiantes comparten ideas sobre los factores que influyen en sus decisiones.

Pida a la clase que haga una lluvia de ideas sobre los factores que pueden influenciar o afectar las decisiones que toman cada día. (*Los estudiantes podrían responder: padres, amigos, escuela, leyes, televisión, etc.*). Escriba las respuestas en la pizarra.

Recuérdelos las reglas de la lluvia de ideas: comience sugiriendo y tomando nota de todas las respuestas posibles. Después, revise la lista e identifique aquellos factores que los estudiantes consideren más poderosos en su vida.

2. Los estudiantes leen una historia e identifican a las personas que toman decisiones en ella.

Distribuya copias de la hoja de actividades "¿Caliente o frío?". Explíqueles que leerán una historia. Después de cada parte de la historia, deben escribir la palabra "caliente" en el espacio en blanco si Chris, el personaje de la historia, toma una decisión por su cuenta. Deben escribir "frío" en el espacio en blanco si dejó que alguien tome la decisión por ella.

Llame a diferentes voluntarios para que lean las partes de la historia. Después de cada parte, concédales unos segundos para que completen los espacios en blanco. A continuación, pídale que compartan sus respuestas.

3. Los estudiantes recuerdan que tienen el poder de tomar decisiones.

Escriba la siguiente oración en la pizarra: "El poder personal radica en las decisiones que toman". Pregúnteles si recuerdan este punto clave de la "Lección 6: Desarrollar nuestro potencial" de *Desarrollar la confianza*. Pídeles que identifiquen quién es responsable de las decisiones que toman. Guíelos para que reconozcan que, aunque existen muchos factores que pueden influenciarlos, tienen el poder de tomar sus propias decisiones. Concluya señalando los siguientes puntos:

- Al igual que Chris en la historia, ustedes tomarán diferentes decisiones por diferentes motivos.
- Lo importante es que comprendan por qué toman las decisiones que toman, así podrán estar seguros de tomar las decisiones que quieren.
- Cuando tomen decisiones, recuerden pensar en sus metas, valores, fortalezas, habilidades, lo que les gusta y lo que no.

Parte III Querida fuente (15 minutos)

Propósito: al dar consejos a los demás, los estudiantes reconocen que siempre tienen el poder de tomar decisiones, incluso cuando sean difíciles.

1. Los estudiantes escriben sobre una decisión difícil.

Díales que reflexionen sobre una decisión difícil que deban tomar, una que ya hayan tomado o una que deba tomar alguien que conozcan. Explique que escribirán una carta anónima pidiendo consejos a un columnista de un periódico ficticio denominado "La Fuente". Díales que firmen su carta, pero no con sus nombres reales.

Concédales tiempo para escribir las cartas. Si necesitan ayuda, puede darles algunos ejemplos como los siguientes:

- Estás enamorado del novio/a de tu mejor amigo/a.
- Las calificaciones que obtuviste en Ciencias son bajas, pero realmente quieres ser médico.
- Quieres unirse a un equipo deportivo determinado o a una actividad extraescolar, pero ninguno de tus amigos está en el equipo y todos se reúnen a la misma hora en que se realizan los entrenamientos.
- Tus amigos, a los que quieres impresionar, están planificando hacer un grafiti en una pared del parque que está cerca de tu casa. Quieren que los ayudes.
- Uno de tus padres debe tomar una decisión sobre un trabajo nuevo. Esto podría significar que tu familia tenga que mudarse a otro estado.

2. Los estudiantes ofrecen consejos sobre la toma de decisiones.

Recoja todas las cartas, fila por fila: luego, redistribúyalas para que los estudiantes no reciban su propia carta. Díales que lean las cartas y que, como "La Fuente", escriban una respuesta en el reverso de la hoja. Anímelos a justificar sus consejos.

3. Los estudiantes comparten las cartas y las respuestas con la clase.

Invite a la mayor cantidad posible de estudiantes a leer en voz alta sus propias cartas y respuestas durante el resto de la sesión de clase. Formule preguntas, haga observaciones o invite a responder a los demás estudiantes de la clase, según corresponda.

Conclusión (2 minutos)

Pregúnteles si es más fácil tomar decisiones por los demás o por sí mismos. Guíelos para que reconozcan que suele ser más fácil tomar decisiones por los demás que por sí mismos. Obtenga los siguientes puntos clave que se enseñaron en esta lección:

- La importancia de una decisión está determinada por sus consecuencias.
- Muchos factores pueden influir en sus decisiones, pero son ustedes quienes las toman.
- Ustedes tienen el poder de tomar decisiones, así que tomen las que sean adecuadas para ustedes.

Evaluación del estudiante

1. Enumera todas las decisiones que tomaste desde el momento en que fuiste de la escuela hasta que te vas a dormir. Cuando la lista esté completa, marca cada decisión como "caliente" si tomaste la decisión tú mismo o "frío" si alguien influyó en tu decisión.
2. Explica la diferencia entre una decisión pequeña y una decisión grande. ¿Por qué es importante reflexionar más sobre una decisión grande?
3. Da un ejemplo de una gran decisión que hayas tomado. Explica por qué tomaste esta decisión, cuáles fueron las consecuencias y qué elegirías o no elegirías para tomar una decisión diferente si tuvieras la oportunidad.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"El juicio de un hombre es mejor cuando puede olvidarse de sí mismo y de cualquier reputación que haya adquirido y puede concentrarse por completo en tomar las decisiones correctas". Adm.

Raymond A. Spruance

Pida a los estudiantes que den ejemplos de cómo el deseo de proteger su reputación puede influir en las decisiones que toman.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Pida a los estudiantes que elijan libros ilustrados para niños en los que un personaje principal tenga que tomar una decisión.

Haga que los estudiantes lean los libros que eligieron para la clase, un hermano menor o un estudiante de un grado inferior. Analicen juntos qué hizo que los personajes actuaran como lo hicieron.

Escribir en el diario

Haga que los estudiantes escriban sobre una decisión de la que estén orgullosos (o no orgullosos). Pídales que describan cómo tomaron la decisión, si tomar la decisión fue difícil y qué consecuencias tuvo. Dígalas a los estudiantes que compartirán su trabajo.

Pida a los estudiantes que lean de sus diarios en pequeños grupos. Anime a los estudiantes a practicar la escucha activa haciendo preguntas y resumiendo lo que han escuchado.

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que lean selecciones de *SOS: Stressed Out Students' Guide to Handling Peer Pressure* de Lisa Medoff. (Este libro trata ciertos temas que pueden ser temas delicados para sus estudiantes. Haga las selecciones con cuidado).

Analicen juntos lo que los estudiantes leen en el libro. Hable sobre la presión de los compañeros como un elemento en la toma de decisiones.

Tarea

Pida a los estudiantes que conserven una lista de todas las decisiones que toman durante el día. (Díales que pueden detenerse en 50 si se cansan). Cuando hayan terminado, los estudiantes deben clasificar las consecuencias de cada decisión en una escala del uno al tres, donde uno indica una consecuencia sin importancia.

Pida a los estudiantes que compartan sus hallazgos en pequeños grupos. ¿La importancia otorgada a determinados tipos de decisiones varía de persona a persona?

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que lean capítulos seleccionados de *Don't Sweat the Small Stuff...e It's All Small Stuff* de Richard Carlson. Este libro proporciona estrategias para mantener los problemas en sus perspectivas adecuadas.

Pida a los estudiantes que elijan una estrategia del libro y creen un cartel sobre esa estrategia. Pídales que expliquen la estrategia a un compañero de clase.

¿CALIENTE O FRÍO?

Completa los espacios en blanco para mostrar quién tomó cada decisión. Escribe “caliente” si Chris tomó la decisión por su cuenta. Escribe “frío” si dejó que alguien tome la decisión por ella.

1. ¡Hola! Mi nombre es Chris y conseguí un trabajo en el supermercado los sábados. Conseguí un trabajo en esta tienda porque puedo trabajar en un área distinta cada semana.

2. La primera semana trabajé en la carnicería porque mi amigo Sal trabaja allí y me dijo que allí trabajan las personas cool.

3. Sin embargo, no sabía que, cuando trabajas en la carnicería, tienes que trapear el piso tres veces al día. Otra persona que conozco me dijo que le gustaba trabajar en la verdulería, así que, la semana siguiente, comencé a trabajar allí.

4. Pero en esa sección pasas mucho tiempo rociando los vegetales con agua para mantenerlos frescos. Me enfermo con facilidad y sabía que iba a resfriarme con toda esa agua fría. Entonces, la semana siguiente, me cambié a la sección de los lácteos.

5. ¿Has visto cómo a veces las personas leen la parte posterior de las cajas de leche y, luego, la caja se les resbala de las manos, se cae al piso y se rompe? Bueno, ¡adivina quién lo limpia! Mis amigos de la tienda me dijeron que no hay mucho para hacer en la sección de los cereales, así que la semana siguiente me cambié allí.

6. ¡Pero me aburrí muchísimo! Realmente no había nada para hacer, y a mí me gusta hacer cosas. Empecé a pensar en que me gusta trabajar con números y hablar con las personas. Ahora estoy a cargo de la caja registradora.

7. Y no me voy a cambiar de sección la semana siguiente.

Respuestas: 1. caliente 2. frío 3. frío 4. caliente 5. frío 6. caliente 7. caliente