

# ¿Qué decidir?

16a.



## Objetivos

Que el/la alumno/a aprenda que a lo largo de la vida hay que tomar diferentes decisiones y enseñarle las distintas técnicas para ayudarle a tomarlas.

## Áreas

Geografía e Historia. Tutoría. Lengua Castellana.

## Desarrollo

### Reflexión del profesor/a:

A lo largo de nuestra vida se deben de tomar muchas decisiones y algunas son importantes y otras menos e incluso, a lo largo del día, se toman decisiones que condicionan nuestra actividad diaria; estas decisiones se toman casi inconscientemente. Ej.- Qué ropa me pongo, qué veo en la tele, estudio o no...

### Situaciones cotidianas :

Los/as alumnos/as deberán rellenar la Ficha 16aA de toma de decisiones dándoles el/la profesor/a previamente las pistas sobre cómo tomarlas.

### Pistas para tomar decisiones.

- ▶ 1. En primer lugar, analizaremos la situación o identificaremos el problema.
- ▶ 2. Buscaremos el mayor número de alternativas o soluciones posibles aunque nos parezcan absurdas al principio.
- ▶ 3. Analizaremos cada una de las alternativas o soluciones posibles viendo ventajas e inconvenientes de cada una de ellas.
- ▶ 4. Tomaremos la decisión. Será, claro está, la opción que nos aporte mayores ventajas y menos inconvenientes.
- ▶ 5. Y, por último, pondremos en práctica lo que hayamos decidido.

**Los problemas de Ismael:** breve exposición teórica sobre análisis de problemas y búsqueda de soluciones si no se ha realizado antes.

En pequeños grupos: se entrega la Ficha 16aB “los problemas de Ismael” y se propone una discusión siguiendo las preguntas. Aplicar a esta situación la habilidad de análisis de problemas y búsqueda de soluciones.

Puesta en común: se exponen las discusiones de los grupos siguiendo los pasos de las preguntas. Se anotan las soluciones que cada grupo ha propuesto y se discuten. Se lanza al grupo la pregunta ¿es ésta una situación frecuente? ¿suele darse entre vosotros? ¿cómo la resolvéis?

**Conclusiones claves:**

No hay soluciones buenas o malas a priori. Hay que valorar sus consecuencias teóricas y observarlas en la práctica. Se respetan todos los puntos de vista. Se puede recordar la relación de la toma de decisiones con lo que valoramos cada cual, así como con los factores del entorno.

 **Conceptos básicos**

Ver página 52 del material para el/la profesor/a.

 **Bibliografía**

*Guía de Salud y Desarrollo Personal*. Gobierno de Navarra. Instituto de Salud Pública

## Ficha 16aA



### Pistas para tomar decisiones.

- ▶ 1. En primer lugar, analizaremos la situación o identificaremos el problema.
- ▶ 2. Buscaremos el mayor número de alternativas o soluciones posibles aunque nos parezcan absurdas al principio.
- ▶ 3. Analizaremos cada una de las alternativas o soluciones posibles viendo ventajas e inconvenientes de cada una de ellas.
- ▶ 4. Tomaremos la decisión. Será, claro está, la opción que nos aporte mayores ventajas y menos inconvenientes.
- ▶ 5. Y, por último, pondremos en práctica lo que hayamos decidido.

### Situaciones cotidianas:

1. Expresar distintas situaciones de la vida cotidiana en las que cada cual tenga que realizar elecciones que fundamentalmente le competen a él o ella.

- ▶ Vestirse para salir.
- ▶ Medio de transporte a utilizar.
- ▶ Tiempo de dedicación al estudio.
- ▶ ¿En qué gasto mi dinero?

2. Elegir tres situaciones y aplicar en ellas la habilidad de “analizar situaciones y tomar decisiones”.





## Ficha 16aB

## Los problemas de Ismael

Sois un grupo de amigos a quienes Ismael ha pedido ayuda. Vuestra tarea consiste en estudiar su problema y proponerle soluciones concretas que le puedan ayudar a resolverlo. Disponéis de 30 minutos para ello. Organizaos de modo que seáis eficaces y que las soluciones propuestas sean de todo el grupo.

Ismael estudia; va tirando, con algunos suspensos las más veces, y pasando “por los pelos”, otras. Dice que quiere terminar la ESO y luego hacer Formación Profesional; bueno, lo que a él le gustaría hacer es algo relacionado con automovilismo, porque le gustan mucho los coches, y porque no quiere estudiar: no le gusta estudiar.

Generalmente, sólo estudia cuando le van a tomar la lección al llegar a clase, o cuando llegan las evaluaciones. Entonces sí; entonces, como él dice, estudia “a tope”: se le ve con el libro hasta en los recreos, mientras come y en el poco rato que le queda entre la comida y la hora del cole. Pero, a pesar de estos esfuerzos, le suele suceder que no llega, y suspende.

Cuando estudia en casa, suele hacerlo donde más le apetece. Unas veces, en la sala de estar. Dice que allí se está cómodo, porque hay butacas; además, puede poner de vez en cuando la tele “sólo un ratito” como dice él, para ver un programa interesante. La verdad es que luego la tiene que apagar en medio de una bronca soberana de su madre. Otras veces estudia en la cocina, porque allí hay una mesa grande y cómoda; otras, en su cuarto. Cuando está en su cuarto le gusta estudiar tumbado en la cama; a veces, con la radio puesta. Suele decir que la música le ayuda a estudiar. Su padre se enfada mucho con él por esto. Le obliga a ponerse en la mesa de su habitación y a apagar la radio, porque le distrae, le hace “estar en babia”, y ésa es la causa de sus suspensos, según él.

La verdad es que Ismael está harto de tantas broncas; tanta insistencia de sus padres y sus profesores sobre los estudios le parece un “rollo”. Quisiera que le dejaran en paz, y quisiera no tener suspensos. Pero no sabe qué hacer. ¿Podrías ayudarlo?

### Cuestiones:

1. Analizar detenidamente los datos de la situación de Ismael: ¿qué le pasa?, ¿cómo estudia?, ¿dónde estudia?, ¿cuándo tiene dificultades? Concreta su problema: ¿en qué consiste el problema de vuestro amigo? Analizar todas las posibles causas del mismo.

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. Pensar en todas las cosas que se podrían hacer para resolverlo.

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Discutir todas las alternativas, sus pros y sus contras.

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Tomar decisiones: decidir cuál es la solución más viable y más realista.

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. Preparar la acción.

▶ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_