

**UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL ESTADO DE MEXICO
PLANTEL NEZAHUALCOYOTL DE LA ESCUELA PREPARATORIA**



**PLAN DE ESTUDIOS DE BACHILLERATO
(Quinto semestre)**

ASIGNATURA: TOMA DE DECISIONES

**MODULO I: CONCEPTUALIZACIÓN DE TOMA DE
DECISIONES**

TEMA 1.3: ¿CUÁNDO Y PARA QUÉ TOMAR DECISIONES?

M. en S.P. Ma. del Socorro Reyna Sáenz

AGOSTO DE 2016



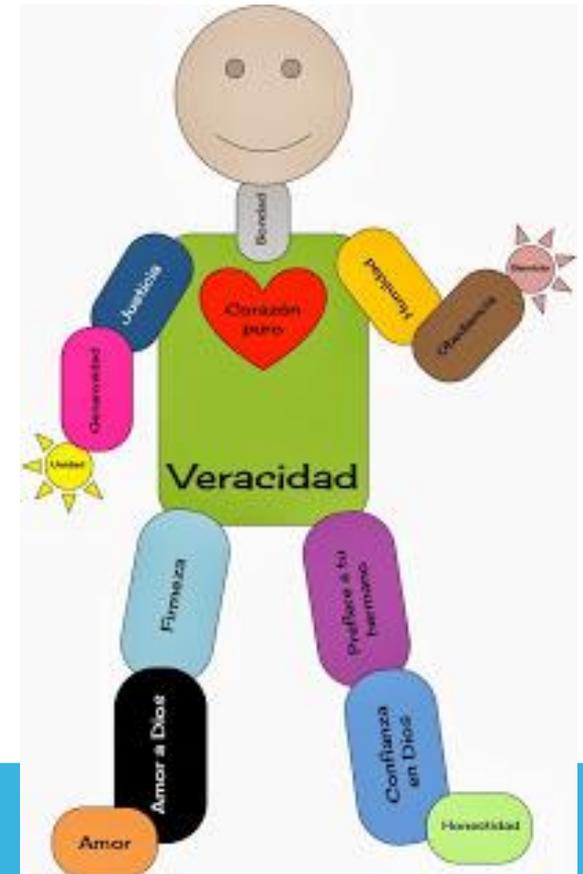
INTRODUCCIÓN

El presente material electrónico presenta información que te apoyará en la asignatura de Toma de decisiones de Quinto Semestre en el tema 1.2. “¿Cuándo tomar decisiones?” y 1.3 “¿Para qué tomar decisiones?”, correspondiente al Módulo I llamado “Recursos personales para la toma de decisiones”.

En este tema analizaremos aquellas decisiones que tendrán gran trascendencia en tu vida, por lo que deberás poner especial cuidado al tomarlas.

PROPÓSITO DEL MÓDULO

Identifica sus fortalezas y limitaciones, intereses y expectativas personales, en los ámbitos cognitivo, procedimental y emocional, al identificar de manera crítica y reflexiva los factores que influyen en su Toma de Decisiones.



COMPETENCIAS A DESARROLLAR

En este módulo estarás desarrollando las siguientes competencias:

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.



1.4. Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.

TEMA Y SUBTEMAS

CONTENIDOS Y PROPÓSITOS

COMPETENCIAS DE LA DIMENSIÓN	COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS	COMPETENCIAS DISCIPLINARES BÁSICAS Y/EXTENDIDAS	MÓDULO	CONTENIDOS	PROPÓSITOS DEL MÓDULO
<ul style="list-style-type: none"> Identifica sus fortalezas y limitaciones, intereses y expectativas personales en los ámbitos cognitivo, procedimental y emocional, sustentando la elección madura de una profesión y la construcción de su proyecto de vida. Muestra una actitud de liderazgo en la solución de problemas y en la toma de decisiones, personales y colectivas, asumiendo responsable y éticamente las consecuencias de sus actos. Demuestra actitudes de confianza, seguridad y autoestima al enfrentar los retos que le plantea la vida académica, así como sentimientos de competencia para incursionar a futuro en el campo universitario y profesional. 	<p>1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.</p> <p>1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.</p> <p>1.5 Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.</p> <p>3. Elige y practica estilos de vida saludables</p> <p>3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.</p> <p>5. Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.</p> <p>5.1 Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva, comprendiendo como cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo.</p> <p>5.4 Construye hipótesis y diseña y aplica modelos para probar su validez.</p> <p>5.2 Ordena información de acuerdo a categorías, jerarquías y relaciones.</p> <p>6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.</p> <p>6.2 Evalúa argumentos y opiniones e identifica prejuicios y falacias.</p> <p>6.4 Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.</p> <p>7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.</p> <p>7.1 Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento.</p> <p>7.2 Identifica las actividades que le resultan de</p>	<p>BÁSICAS</p> <p>1. Identifica el conocimiento social y humanista como una construcción en constante transformación.</p> <p>EXTENDIDAS</p> <p>7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.</p> <p>8. Propone alternativas de solución a problemas de convivencia de acuerdo a la naturaleza propia del ser humano y su contexto ideológico, político y jurídico.</p>	<p>MÓDULO I <i>Recursos personales para la toma de decisiones</i></p>	<p>1. Conceptualización de Toma de Decisiones</p> <p>1.1 Concepto de toma de decisiones.</p> <p>1.2 Cuándo tomar decisiones.</p> <p>1.3 Para qué tomar decisiones.</p> <p>2. Actitud y pensamiento</p> <p>2.1 Efecto Pigmalión</p> <p>2.2 Bloqueos y facilitadores</p> <p>2.3 Las emociones que influyen en la toma de decisiones</p> <p>3. Conocimientos, habilidades y destrezas</p> <p>3.1 Motivación y frustración</p> <p>3.2 Experiencias de éxito</p> <p>4. Obtención de información para tomar decisiones.</p> <p>4.1.Sociedad del conocimiento</p> <p>4.2 Redes sociales y la toma de decisión.</p>	<p>Identifica sus fortalezas y limitaciones, intereses y expectativas personales en los ámbitos cognitivo, procedimental y emocional, al identificar de manera crítica y reflexiva los factores que influyen en su TD</p>
			<p>MÓDULO II <i>Pensamiento estratégico en la resolución de problemas</i></p>	<p>1. Definición de problema</p> <p>1.1. Qué es un problema</p> <p>1.2 Obstáculo, limitación y problema</p> <p>2. Clasificación de los problemas</p> <p>2.1 Problemas Estructurados o definidos</p> <p>2.2 Problemas No Estructurados o No definidos</p>	<p>Aplica diferentes estrategia, métodos, técnicas, y recursos al proponer maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto, definiendo un curso de acción con pasos específicos</p>

APERTURA

Escribe 3 decisiones importantes que hayas tomado y argumenta por qué y para qué las has tomado.

Decisiones	¿por qué las has tomado?	¿para qué las has tomado?

DESARROLLO

1.1. CONCEPTO DE TOMA DE DECISIONES.

La Toma De Decisiones es el proceso mediante el cual se realiza una elección entre las opciones o formas para resolver diferentes situaciones de la vida en diferentes contextos: a nivel laboral, familiar, sentimental, empresarial.



1.2 ¿CUANDO TOMAR DECISIONES?

Las situaciones, ambientes o contextos en los cuales se toman las decisiones, se pueden clasificar según el conocimiento y control que se tenga sobre las variables que intervienen o influyen en el problema.



Hay decisiones claves que tomas durante la adolescencia y que van a construir tu futuro.



1.3 ¿PARA QUE TOMAR DECISIONES?

Tomamos decisiones para resolver diferentes situaciones de la vida cotidiana, y hay decisiones que determinan nuestro estilo de vida, nuestro bienestar y felicidad. de ahí su importancia.



La adolescencia es un una etapa de transición de la niñez hacia la vida adulta, en la cual suceden importantes cambios a nivel psicológico, cognitivo y social.



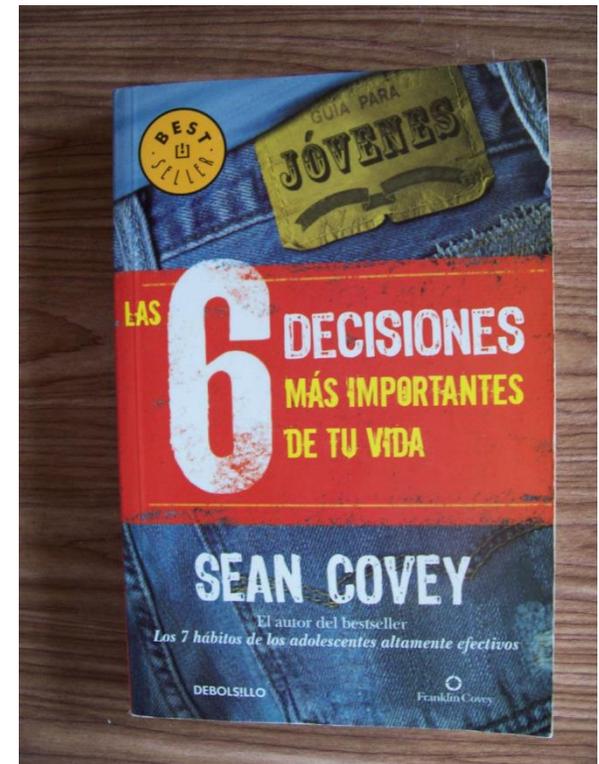
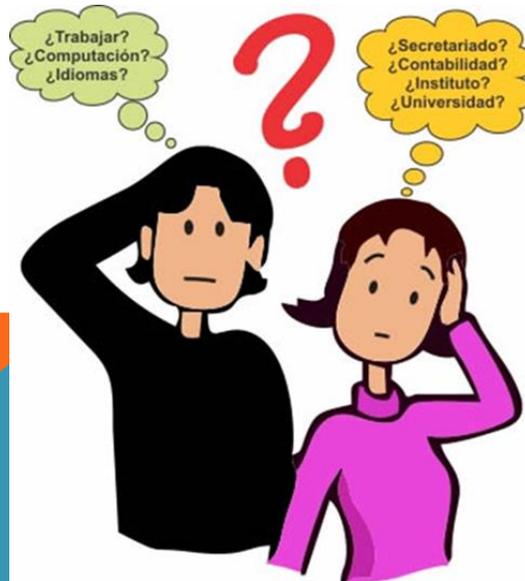
Se trata de una etapa en la que debes considerar diversos aspectos a fin de no incurrir en conductas de riesgo para tu salud física y mental.



Un aspecto importante en tu proceso de desarrollo es la toma de decisiones, y hay decisiones claves que tomas durante la adolescencia y que van a construir tu futuro.



Hay decisiones que son de gran trascendencia en tu vida y según Sean Covey en su libro “Las 6 decisiones más importantes de tu vida”, son las siguientes:



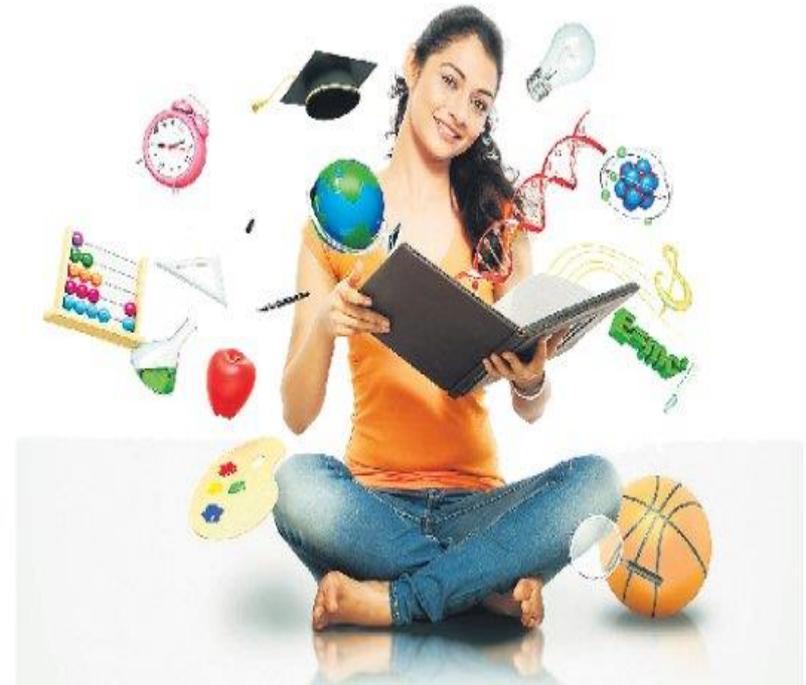
Las 6 decisiones más importantes de tu vida.



DECISIÓN 1

¿Qué vas a hacer
con tu
educación?, es
decir:

¿Cómo vas a
definir tu futuro
profesional?



Es posible que te preguntes:
¿De verdad vale la pena estudiar?

La respuesta es: **SI**

La educación enriquece tu vida.

Te abre puertas.

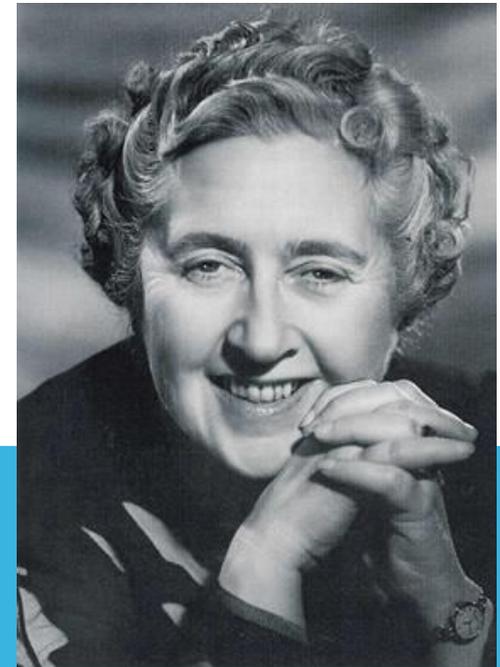
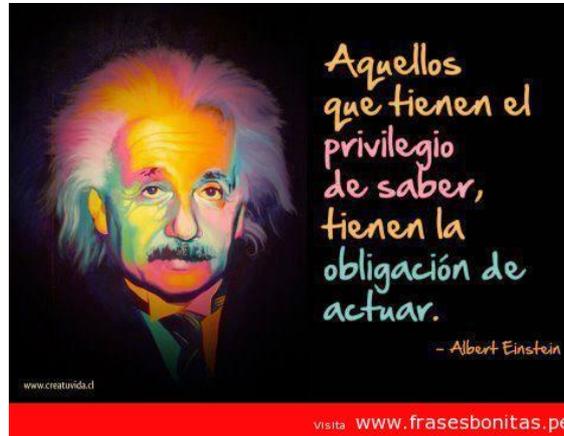
Con educación ganas más dinero.



Tal vez pienses:

“Yo no sirvo para la escuela”

Analicemos a estos personajes.



Busca tu vocación

¿Para que soy bueno de verdad?

¿Cuál es mi materia favorita?

¿Si algún día fuera famoso por que lo sería?

¿qué aptitudes tengo y cuáles quiero adquirir?



**Es importante
perseverar y
permanecer en la
escuela. Sobrevivir
y prosperar en ella.**



DECISIÓN 2

¿Qué tipo de amigos escoges y qué tipo de amigo serás?



**Elige amigos que
te apoyen a
lograr tus metas
y crecer como
persona.**



Haz todos los
amigos que
quieras pero
nunca centres
tu vida en ellos.



El centro de tu vida deben ser tus valores y tus metas, de esta manera harás más amistades y serás mejor amigo.



No intentes ser popular. Mejor se tu mismo, se amable con todos y te pasarán cosas buenas.



Aprende a manejar la presión de tus compañeros.

Para ello requieres:

Preparación

Sistema de apoyo

Valor en el momento



DECISIÓN 3

¿Cómo llevarás la relación con tus padres?



Ellos te acompañarán durante toda tu vida, aun cuando te independices.



Lo mejor es cultivar buenas relaciones buscando acuerdos y solución a los problemas y mostrando amor y respeto.



**Covey afirma que:
Si hablas con tus
padres de todas
tus decisiones
importantes
nunca cometerás
un error grave.**



Usa las palabras
mágicas:

“Por favor”

“Gracias”

“Te quiero”

“¿Qué puedo hacer
por ti?”



Alamy: Ghislain & Marie David de Lossy

Practica el hábito de ganar-ganar, lo que implica obtener algo que quieres (tu ganas) y hacer algo que tus padres quieran (ellos ganan), en este sentido ganamos todos.

"La mejor victoria
es aquella en la
que ganan todos",



DECISIÓN 4

¿Cuáles serán
tus elecciones
de pareja y tu
posición frente
al sexo?



Noviazgo inteligente es:

Salir con alguien de manera exitosa.

Ser selectivo con las personas con quienes sales, pasar del tiempo y divertirte.

Mantenerte estable en los altibajos de la relación y mantener tus principios.



Noviazgo a lo tonto es:

Salir con alguien sin buen resultado.

Salir con la primera persona que te encuentres

Centrar tu vida en tu novio o novia, hacer lo que parece que todos hacen.



Para un Noviazgo Inteligente:

- 1.No tengas novio demasiado pronto
2. Sal con gente de tu edad
3. Conoce a muchas personas

Amor **Inteligente**



VE

Noviazgo. Inteligente

4. Sal en grupo

5. Fíjate límites

6. Ten un plan cuando sales.



DECISIÓN 5

¿Qué vas a hacer
respecto al
cigarro, el
alcohol, drogas y
otras
adicciones?



Es importante que te guíes por la verdad.

Si sabes la verdad de las cosas tomarás mejores decisiones.



La verdad sobre el alcoholismo es que:

Daña tu cerebro.

Mata.

Te hace cometer tonterías.

La verdad sobre el alcohol en México

Uno de los tres factores principales de causas de muerte entre los jóvenes **de 15 a 24 años**

Accidentes
Homicidios
Suicidios



15 mil jóvenes mueren al año en accidentes relacionados con el alcohol



42 cada día



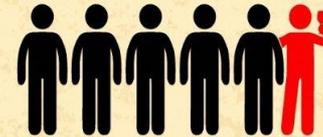
En México...
Entre 2003 y 2010
el consumo aumentó de **5.1 a 5.5 litros** de líquido puro por persona al año.



prueba el alcohol a los **12 años** y a los **14 lo consume** por lo menos **3 veces al mes**



5.2% en hombres
0.50% en mujeres



De cada 6 adolescentes **1 es alcohólico**

En el mundo...
3.3 millones de personas mueren cada año a consecuencia del abuso en el consumo del alcohol.

La verdad sobre el tabaquismo.

Es adictivo.

La nicotina es un veneno.

Mata.



Las antidrogas

El ejercicio

Los deportes

La música

Altruismo

Hobbies

Aprender



DECISIÓN 6

¿Eliges valorarte a ti mismo?



Tener una buena autoestima significa de que estas a gusto con quien eres.



Autoestima es...



Y la autoestima puede ayudarte a:

Resistir la presión de los amigos.

Conocer gente diferente.

Saber sobrellevar desilusiones, errores y fracasos.

Sentir que te aman y necesitan.



CIERRE

a). Escribe 3 aprendizajes que hayas obtenido en este tema.

1. _____

2. _____

3. _____

b). ¿Cómo puedes aplicar lo aprendido a tu vida cotidiana?



REFERENCIAS

Covey, S. (2007). *Las 6 decisiones más importantes de tu vida*. Grijalbo. México.

Gómez, et al. (2011). *Desarrollo del Potencial Humano*. Libro de texto. Toluca: UAEMex

UAEMEX (2010). *Programa de estudios de la asignatura de Toma de decisiones*. Toluca: UAEM.

http://es.wikipedia.org/wiki/Toma_de_decisiones

