

TUTORÍA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Sesión 3 - Unidad III

3ro
SECUNDARIA

Siguiente parada
“Estación de Decisiones”



NORMAS DE CONVIVENCIA



Guardar silencio mientras el docente está realizando la explicación



Levantar la mano para participar o preguntar



Respetar la opinión de los compañeros.

Dinámica : SÍ O NO



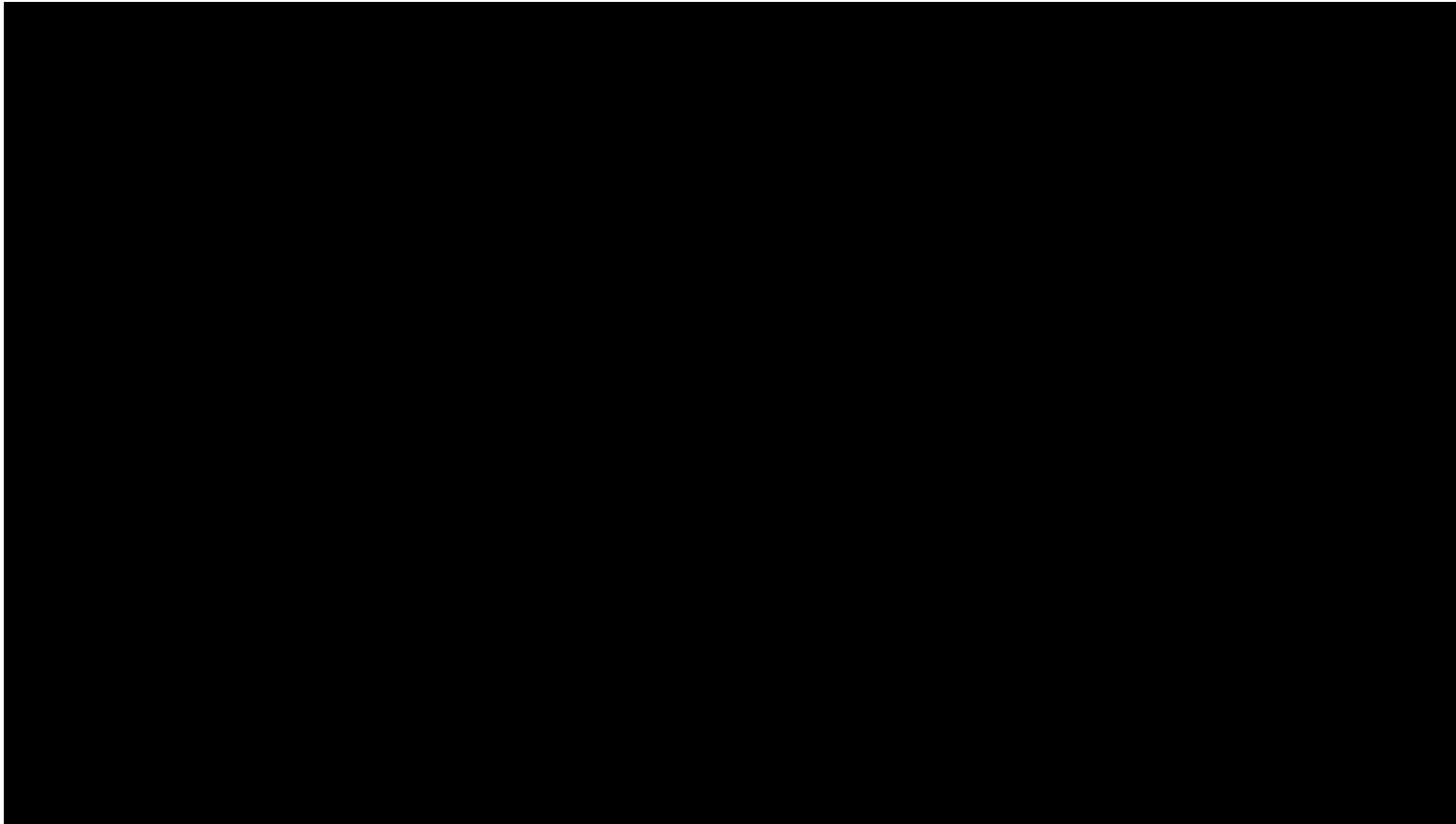
El aula se dividirá en 2, se podrá hacer con una tiza una línea, o con una cinta de color, también podrá decirse imaginariamente que en el lado izquierdo será SI y en el lado derecho NO. A continuación, se realizara preguntas para que los chicos decidan si es SI o si es No, la manera de contestar es sencilla ya que solo tendrán que desplazarse a cualquiera de los lados

CONTESTEMOS



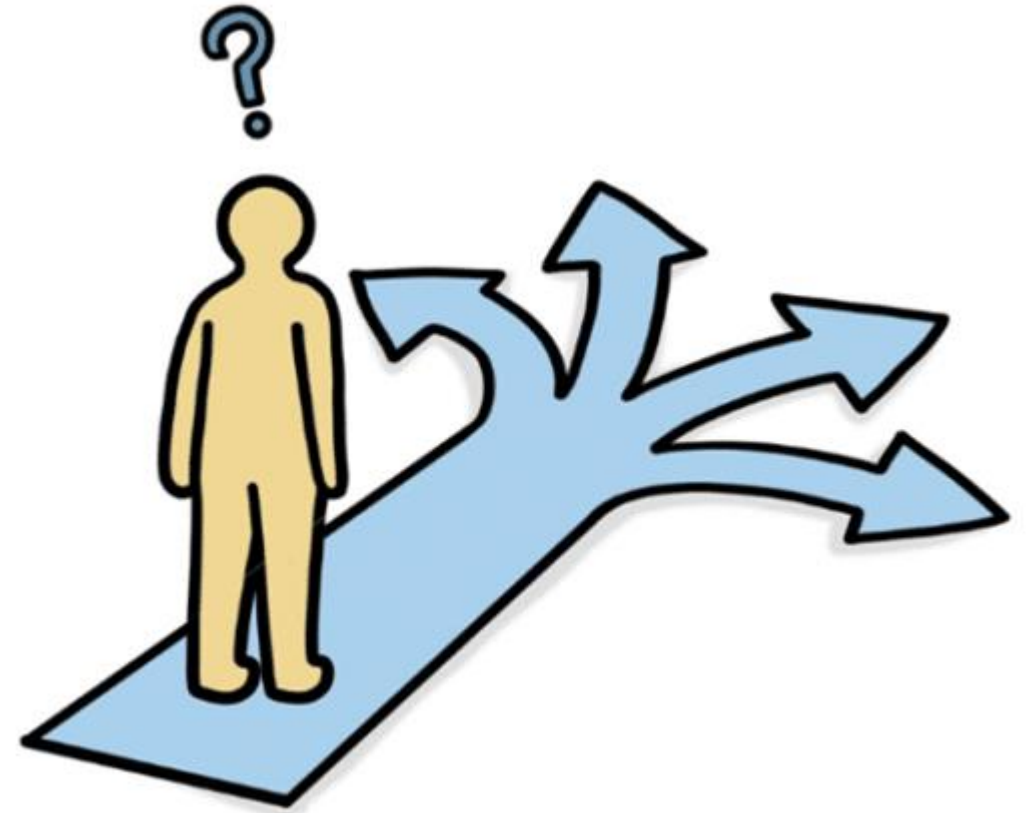
✓ ¿Qué es toma de decisión?

Observemos el siguiente video



TOMA DE DECISIONES

La toma de decisiones es el proceso mediante el cual se realiza una elección entre alternativas o formas de resolver diferentes situaciones de la vida.



TOMA DE DECISIONES

¿Te has dado cuenta de que todos los días decides sobre diferentes cosas? Por ejemplo, decidir qué ropa debes ponerte, qué zapatos serán los más apropiados, a qué hora quedaré con mis amigos?



TOMA DE DECISIONES

Pero hay decisiones más difíciles y costosas porque tienen consecuencias que podrán marcar tu vida escolar y tu vida futura: estudios, trabajo, formar una familia, etc



ALGUNOS PROBLEMAS QUE QUIZÁS TE HA SUCEDIDO

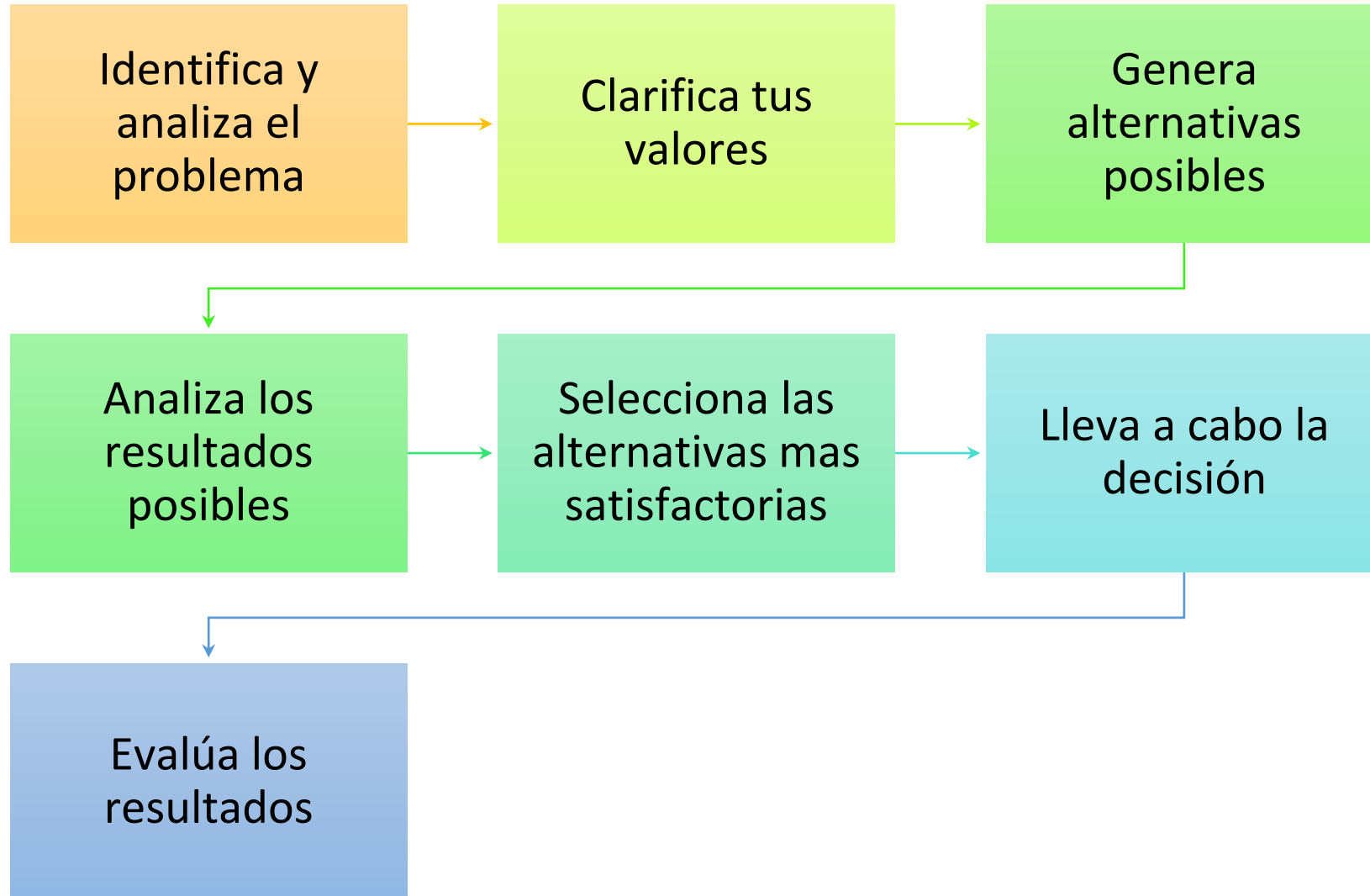
Alguien se mete contigo en clase o durante el recreo

Has hecho mal un examen

Tienes que decidirte por un regalo para un amigo o amiga y no sabes cuál elegir

Tus amistades vienen a buscarte para salir a dar un paseo y tienes mucho que estudiar para mañana.

PLAN DE ACCIÓN



EJEMPLO DEL PLAN DE ACCIÓN

SITUACIÓN:

Trini tiene un amigo, Jorge, y una amiga, Carmen, que no se soportan entre sí. Ella les aprecia por igual. Esta situación origina discusiones y tensiones frecuentes, de tal manera que cuando Trini pide salir con uno/a, el otro acaba excluido y se siente herido; o cuando salen los tres, la cosa acaba poniéndose al rojo vivo y ellos optan por marcharse a casa, con lo cual Trini acaba quedándose sola. No sabe qué hacer ni qué partido tomar. Es entonces cuando Ángeles, su tutora, le sugiere hacer una planificación que explique y aclare las fases y acciones que serían útiles para ir resolviendo el problema.

EJEMPLO DEL PLAN DE ACCIÓN

DESARROLLO

Fíjate en el Plan de Acción que acaba de escribir Trini::

PLAN DE ACCIÓN	
1º Definiré el problema	-Me encerraré en mi cuarto y trataré de escribir qué problema tengo realmente: "aprecio a dos personas que son incompatibles entre sí. Lo que deseo es conseguir la armonía entre el grupo".
2º Escribiré mi plan de acción	-Voy a tomar nota de las cosas que puedo hacer para resolver el problema poco a poco. De hecho, eso es lo que estoy haciendo en este momento.
3º Clarificaré mis valores	Ante este problema me pregunto ¿qué valoro más? -Evitarme problemas. -La amistad positiva entre varias personas. -El bien y la tranquilidad de la gente.

EJEMPLO DEL PLAN DE ACCIÓN

DESARROLLO

4º Identificaré qué alternativas tengo

1ª Alternativa: si lo que valoro más es no tener complicaciones lo que puedo hacer son tres cosas:

- No salir con nadie
- No salir con uno de ellos
- Cuando me llamen decir que no estoy

2ª Alternativa: si lo que valoro más es la amistad entre varias personas, lo que puedo hacer son 4 cosas:

- Hablar con Carmen y tratar de convencerla
- Hablar con Jorge y tratar de convencerle
- Hablar con los dos a la vez
- Pedir que otro amigo nos ayude

3ª Alternativa: si lo que valoro más es el bien y la tranquilidad de las personas, lo que puedo hacer son dos cosas:

- Decir a Carmen que no quiero molestarla más y que lo mejor es que decida si desea seguir siendo mi amiga. Para ello la única condición es que sea condescendiente con Jorge
- lo mismo pero con Jorge

5º Descubrir los riesgos y consecuencias de cada una de las alternativas

¿Qué ocurriría si eligiera la **primera** alternativa?

1)

2)

3)

¿Qué ocurriría si eligiera la **segunda** alternativa?

1)

2)

3)

¿Qué podría suceder si eligiera la **tercera** alternativa?

1)

2)

6º Eliminaré lo que no me conviene y me decidiré definitivamente

¿Qué alternativas eliminarías tú para ayudar a Trini?

¿Qué decidirías finalmente hacer para solucionar el problema?

ACTIVIDAD : PLAN DE ACCIÓN

PLAN DE ACCIÓN	
1.- Definiré el problema	¿Cuál es el problema? ¿Qué quiero conseguir de esta situación?
2.- Escribir mi plan de acción	¿Qué acciones realizaré?
3.- Clarificaré mis valores	Pregúntate ¿Qué valoras más?
4.- Identificaré qué alternativas tengo	Especifica toda las alternativas posibles (al menos dos)
5.- Descubrir los riesgos y consecuencias de cada una de las alternativas	<p>¿Qué ocurriría si eligiera la primera alternativa? ¿Qué ocurriría si eligiera la segunda alternativa? etc.</p> <p>1.-</p> <p>2.-</p> <p>3.-</p>
6.- Eliminare lo que no me conviene y me decidiré definitivamente	Adopta una alternativa más ajustada y que me reporta más beneficios ¿Cuál es la mejor?

CASO 1

Carlos tiene una hermana mayor y un hermano pequeño. Entre sus deberes familiares está el de cuidar del pequeño. A **Carlos** le apetece apuntarse este año a un grupo excursionista, pero su padre y su madre le necesitan para que lo cuide los fines de semana. Sus amigos le piden que se decida antes de acabar el mes, pues esperan ir en grupo a diferentes excursiones y acampadas cada quince días.

CASO 2

Había una vez un joven llamado Alejandro que se encontraba en su último año de secundaria. Estaba emocionado por graduarse y tenía grandes planes para su futuro. Sin embargo, se enfrentaba a una difícil decisión: elegir entre seguir sus estudios en una prestigiosa universidad en el extranjero o quedarse en su ciudad natal para cuidar de su madre enferma.

Alejandro siempre había soñado con estudiar en el extranjero y explorar nuevas culturas y oportunidades. Había trabajado duro durante años para lograr excelentes calificaciones y había sido aceptado en una universidad de renombre en otro país. Pero su madre había sido diagnosticada recientemente con una enfermedad grave y necesitaba atención y apoyo constantes.



"La clave para tomar decisiones no está en elegir siempre lo correcto, sino en aprender y crecer con cada elección que haces"

REFLEXIONANDO



✓ ¿Qué aprendí hoy?