



Ser+

**DESARROLLO
SOCIOEMOCIONAL**

FICHA 1: Autonomía: El poder de nuestras decisiones



2do Secundaria

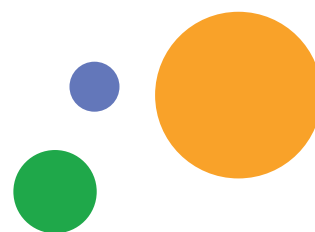
FICHA 1: Autonomía: El poder de nuestras decisiones

| | |
|---------------------------|---|
| Grado | Segundo de secundaria |
| Campo formativo | De lo humano a lo comunitario |
| Dimensión | Autonomía |
| Habilidad | Autonomía |
| Indicador de logro | Reconoce qué es la autonomía. |
| Duración | 45 minutos |
| Materiales | Hojas de papel y plumones, marcadores o colores |
| Resumen | <p>En la Actividad 1 las y los estudiantes comprenderán la definición de autonomía.</p> <p>En la Actividad 2 reconocerán decisiones con autonomía y su impacto en diferentes escenarios.</p> <p>En la Actividad 3 escribirán y discutirán en parejas una decisión autónoma que puedan tomar durante la siguiente semana, con impacto positivo en ellos mismos y en su entorno.</p> |

FUNDAMENTO TEÓRICO

La **autonomía** es la capacidad de decidir con libertad, conciencia y responsabilidad. No se trata de hacer lo que uno quiere sin pensar, sino de tomar decisiones a partir de información confiable, valores personales y el bienestar colectivo.

En la adolescencia, las decisiones sobre amistades, redes sociales, tiempo libre y estudio comienzan a tener un peso real en su entorno. La escuela puede ser un espacio para ejercitar la autonomía en situaciones significativas, donde aprender a pensar por uno mismo y hacerse cargo de las consecuencias es tan importante como memorizar contenidos.



Reflexiones para el desarrollo del docente

IDENTIFIQUE una decisión importante que haya tomado, ya sea en el aula o en su vida personal. Reflexione: ¿Fue autónoma? ¿Por qué?

EVALÚE ¿Qué impacto tuvo esa decisión en su bienestar y en el de las personas cercanas a usted? ¿Considera que tuvo en cuenta las consecuencias a la hora de tomarla? ¿Qué otros factores influyeron?

¿Considera que sus estudiantes toman decisiones con autonomía? ¿Puede identificar ejemplos que validen su respuesta?

ACTIVIDADES PARA LA CLASE

Introducción

[Todo el salón]

Actividad 1: Nuestras acciones (10 min)

Todos tomamos decisiones. Y lo hacemos todo el tiempo. Pero no todas las decisiones que tomamos son realmente nuestras. A veces decidimos por miedo, por costumbre, por presión o porque queremos encajar. Analicemos esto en el siguiente ejercicio.

- En silencio, cada estudiante anota tres decisiones que tomó esta semana. Por ejemplo: Decidí no entrar a una conversación en el grupo de WhatsApp donde hablaban mal de alguien; elegí no comer papitas en el recreo porque quiero sentirme mejor físicamente; no ayudé en casa aunque sabía que debía hacerlo.
- Luego deberán responder: ¿Tomé esa decisión por convicción o por presión? ¿La repetiría?
- Pida que compartan algunas respuestas. Usen estas respuestas para reflexionar sobre la definición de Autonomía.

La autonomía es la capacidad de una persona para tomar decisiones y actuar de forma responsable, buscando el bien para sí mismo y para los demás.

RECOMENDACIONES:

- **Cuando discutan el concepto de autonomía**, subraye que no se trata solo de hacer lo que se quiere, sino de tomar decisiones responsables que afectan tanto a uno mismo como a los demás.
- **Refuerce el concepto con ejemplos de situaciones cotidianas que todos puedan entender.** Por ejemplo, cuando saben que van a presentar un examen y deciden estudiar, esa es una decisión autónoma, ya que no se trata de elegir “lo que más nos gusta”, sino de actuar de manera responsable para su bienestar personal. O cuando

tienen un desacuerdo con un compañero o compañera y deciden hablar para solucionarlo. Aunque no sea lo más fácil, esa decisión ayuda a lograr un bienestar tanto personal como colectivo.

Desarrollo

[Equipo]

Actividad 2: ¿Qué es autonomía? (25 min)

Vamos a leer situaciones que sólo nos presentan la primera parte de una historia. Lo que pase después depende de ustedes. La idea es imaginar cómo actuaría alguien con autonomía: alguien que piensa, se informa y decide con responsabilidad, incluso cuando hay presión o dudas

a) Divida al grupo en equipos de 3 o 4 personas y entréguele a cada equipo uno de los siguientes inicios de historia:

i. A Emiliano le ofrecen entrar a un grupo de amigos nuevos. Ellos hacen retos extremos para subir a redes sociales. Uno de ellos le dice que lo graban mañana y que toca hacer Parkour en las azoteas. Emiliano...

ii. En una asamblea de grupo, Laura propone una campaña para ahorrar agua en la escuela. Todos se ríen. Su mejor amiga le dice que mejor no lo mencione más. Laura se queda callada, pero...

iii. Luis está en una tienda y ve que una amiga se guarda algo sin pagar. Ella le sonríe y le dice: 'No pasa nada. ¿Te animas tú también?'. Luis ...

c) Cada equipo presentará a los demás las respuestas que han escrito.

RECOMENDACIONES:

- **Permita que las y los estudiantes compartan sus pensamientos y justificaciones** de manera respetuosa, tomando en cuenta diferentes puntos de vista.
- **Orienta a las y los estudiantes con preguntas que los guíen a reflexionar sobre las consecuencias a largo plazo de sus decisiones** y cómo la autonomía influye en su desarrollo personal.

[Pareja]

Actividad 3: Fortalezco mi autonomía (10 min)

- a) Solicite a las y los estudiantes que escriban y discutan qué decisión con autonomía pueden tomar durante la siguiente semana, que tenga impacto positivo en ellos y en su entorno. (Por ejemplo levantarse más temprano, dedicar un poco más de tiempo a la tarea, sacar a pasear su mascota, ayudar a un amigo con su tarea, esforzarse más en el entrenamiento, etc.)
- b) Cierre la actividad solicitando algunas participaciones para retroalimentar las reflexiones de las y los estudiantes.

RECOMENDACIONES:

- **Conecte las preguntas con situaciones que las y los estudiantes vivan día a día.** Esto les ayudará a entender mejor el concepto de autonomía y su beneficio en las decisiones que toma. Por ejemplo, “Cuando tienes un conflicto con un compañero, ¿cómo crees que la autonomía te ayuda a solucionarlo de manera responsable?”.
- **Utiliza preguntas de seguimiento,** en donde, si un estudiante responde de manera superficial, formula preguntas que los inviten a profundizar. Por ejemplo, “Dices que la autonomía es importante, ¿por qué lo crees? ¿Cómo tomas decisiones autónomas en tu día a día?”

Actividades cortas para continuar aprendiendo durante la semana

ACTIVIDAD 1: Pida a las y los estudiantes que compartan una decisión autónoma que haya tenido un impacto positivo en su bienestar o en su entorno. Luego, pregúnteles: “¿Cómo se sintieron al tomar esa decisión?” y “¿Cómo creen que la autonomía mejora su bienestar?”

Pueden compartir sus respuestas en equipos o en plenaria.

ACTIVIDAD 2: Escribe una carta breve dirigida a alguien menor que tú. ¿Qué consejo le darías para decidir con autonomía?

ACTIVIDAD 3: Organice un breve debate con las preguntas: “¿Cómo afecta el tiempo en redes sociales la relación que tengo con amigos y familia?” y “¿Cómo influye en mi bienestar y en el de los demás?”

ACTIVIDAD 4: Las y los estudiantes elegirán una causa social que les

interese e identificarán 3 acciones autónomas para apoyarla.

ACTIVIDAD 5: Presente un dilema ético, como: “Un compañero difunde rumores sobre otro compañero”. Pregunte: “¿Qué decisión tomarían y por qué?”

Evaluación de la ficha

Nivel de logro: Reconoce qué es la autonomía y algunos beneficios para su bienestar personal y para su entorno.

| Criterio | Nivel 1: Muy pocos lo hacen | Nivel 2: Lo hacen aproximadamente la mitad del salón | Nivel 3: Lo hacen la mayoría del salón |
|--|-----------------------------|--|--|
| Expresan con sus propias palabras qué es la autonomía. | | | |
| Reconocen cómo sus decisiones pueden afectar su bienestar y el de los demás. | | | |
| Aciertos en la implementación: | | | |
| Recomendaciones para la próxima implementación: | | | |



COAHUILA

PA' DELANTE

