**GUÍA DE APRENDIZAJE Nº 4**

1. **IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Programa de Formación: | Código:  Versión: |  | | |
| Nombre del Proyecto: | Código: | NOMBRES:  ROINER ESTIBER GOMEZ PANESSO | | |
| Fase del proyecto: | |  | | |
| Actividad (es) del Proyecto: | Actividad (es) de Aprendizaje: | Ambiente de formación ESCENARIO (Aula, Laboratorio, taller, unidad productiva) y elementos y condiciones de seguridad industrial, salud ocupacional y medio ambiente | MATERIALES DE FORMACIÓN | |
| DEVOLUTIVO (Herramienta - equipo) | CONSUMIBLE (unidades empleadas durante el programa) |
| Resultados de Aprendizaje:  Asumir actitudes críticas, argumentativas y propositivas en función de la resolución de problemas de carácter productivo y social. | Competencia:  Promover la interacción idónea consigo mismo, los demás y la naturaleza en los contextos laboral y social |  |  |  |
| Duración de la guía ( en horas): | 8 |  |  |  |

1. **INTRODUCCIÓN**

|  |
| --- |
| Las diversas situaciones problema que se presentan en la cotidianidad en los contextos social, laboral, familiar, personal; implican gestionar una adecuada toma de decisiones coordinadas, coherentes y cohesionadas que generen un cambio positivo en las necesidades presentes.  Esta guía le brinda herramientas que podrá aplicar en las diversas áreas de su vida, partiendo de una reflexión acerca de aspectos importantes como la toma de decisiones y solución de problemas, y su incidencia en el desarrollo personal.  De acuerdo con lo anterior, requiere conocer y aplicar métodos adecuados para la toma de decisiones efectivas, a partir de la reflexión inicial que plantee la claridad en los objetivos a alcanzar y las técnicas propicias, determinando fortalezas y dificultades de las opciones propuestas para la solución de Problemas. |

1. **ESTRUCTURACIÓN DIDÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

|  |
| --- |
| * 1. **Actividades de Reflexión inicial.**   Responder concienzudamente a los siguientes planteamientos:   * + 1. De acuerdo con sus conocimientos previos, ¿Qué es un problema? * caso discutible y cuestión que hay por resolver o buscar una explicación se trata de alguna situación en concreto que, en el momento en que se logra solucionar, aportan beneficio, es un problema y una dificultad muy grande porque no solo nos afecta a nosotros si no puede llegar a afectar muchas familias.   + 1. Realice la lectura del siguiente problema lógico y plantee las respuestas correctas, pero sobretodo, defina el método que utilizó para llegar a estas.   “En la sala de música del conservatorio viven cuatro insectos: una hormiga, una mosca, una termita [http://t3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQ5vNUgDfUkxqzsjVvIGqmtr9zYt2b7SwPWfIu4NTtYERh75FiO](http://www.google.com.co/imgres?q=mosca&um=1&hl=es&biw=1280&bih=619&tbm=isch&tbnid=Fe7bJZwZIcNyEM:&imgrefurl=http://eledyblog.blogspot.com/2009/07/nunca-te-has-preguntado-por-que-las.html&docid=CZEPDzThZ49U8M&imgurl=http://2.bp.blogspot.com/_rj2SBSho6IA/SnNOceJj7xI/AAAAAAAAD_Y/VLfP2nK6PeI/s400/mosca.jpg&w=312&h=320&ei=0204T9zQJtSJtweoh7mfAg&zoom=1)y una cucaracha. Cada una vive en uno de los instrumentos que hay en la sala: un violín, un tambor, una tuba y un piano”. Determine en qué instrumento vive cada insecto sabiendo que:   * La cucaracha intentó comerse al insecto del tambor. * La termita tiene miedo del insecto de la tuba. * La hormiga, la termita y el insecto de piano son compinches. * A la hormiga no le gustan los instrumentos de cuerda. * La hormiga el piano. * La mosca el tambor. * La termita el violín. * La cucaracha la tuba.   **3.1.3** ¿Podría aplicarse algún paso del método utilizado para resolver el problema del punto 3.12 en la resolución de problemas de la vida real? Explique.   * Piense en un problema que se le haya presentado en los últimos días en cualquier contexto y descríbalo. * No puedo conseguir empleo porque no tengo la mayoría de edad y por lo tanto no puedo trabajar y ese es mi rechazo mientras yo queriendo salir adelante |
| * 1. **Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje**      1. Realizar la siguiente lectura:   **El Diálogo con uno mismo al plantearse un problema**  Los neurolingüistas hablan de la importancia de tener conversaciones empoderadoras al interior de uno mismo a la hora de solucionar problemas, y demuestran que existe una asociación clara entre el lenguaje y determinados sectores del sistema neurológico. Enseñan el impacto de los diálogos interiores empoderadores y positivos. Describen que las conversaciones interiores alrededor de los problemas deben tener las siguientes características:  ☺Redactadas en tiempo presente  ☺Redactadas positivamente  ☺Cortas y sencillas de comprender y analizar  ☺Expansivas, liberadoras y sustentadoras   * + 1. Revise el planteamiento que hizo en el punto 3.1.4 y descríbalo nuevamente teniendo en cuenta estas cuatro premisas. * \_Redactadas positivamente * Sencilla, liberados y sustentadoras * Expresiva, corta y analizadora * Tiempo presente, cortas y expresivas   **3.2.3** ¿Qué conclusión obtiene de lo anterior?   * Se podría decir que teniendo en cuento el punto anterior nos damos cuenta que podemos analizar, comprender, sustentar positivamente algún problema que se nos presente en la vida cotidiana.   **3.2.4** Revise el siguiente link del libro “Técnicas de terapia de Conducta” de Aurora Gavino <http://portal.uc3m.es/portal/page/portal/cultura_y_deporte/orientacion/orientacion/bienestar_emocional/gestion_emociones/Soluci%F3n%20de%20problemas.PDF>, y realice un mapa conceptual a partir de la información encontrada. |
| * 1. **Actividades de apropiación del conocimiento (Conceptualización y Teorización).**   **3.3.1** Desarrollar cada uno de los cinco pasos del entrenamiento planteado en el ítem anterior, aplicados a un problema real que se le haya presentado recientemente.   * PROBLEMAS POR LA DEMORA DE TRANSPORTES Y DEMORA EN LOS TRAFICOS.   PROBLEMAS SOCIALES LABORALES Y FAMILIARES.   * FALTA DE RECURSOS PARA EL TRANSPORTE CONTINUAMENTE. * DIFICULTADES POR FALTA DE MEDIOS SUFICIENTES DE APOYO. * NO TENER LAS OPORTUNIDADES DE EMPLEO POR MI EDAD.   **3.3.2** Aplique en el siguiente esquema la técnica del “seminario de tres minutos” para la resolución de un problema diferente al anterior.  **3.2.4** Aplique la técnica de “filtración de problemas” a un problema personal distinto de los dos anteriores.   * Problemas laborales. * Problemas económicos.   Discutir con mis padres por cosas que no valen la pena y armar conflicto familiar.  Falta de escucha de mis padres a la hora de solucionar algún problema que se presente |
| * 1. **Actividades de transferencia del conocimiento.**      1. Elabore un resumen en Word a partir del documento “El proceso de toma de decisiones” (Anexo 1).      2. Elabore una reflexión de una página sobre sus procesos personales de toma de decisiones a partir de la información hallada en el documento, y en general, de todos los contenidos desarrollados en esta guía de aprendizaje.   \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| * 1. **Actividades de evaluación.**  |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Evidencias de Aprendizaje** | **Criterios de Evaluación** | **Técnicas e Instrumentos de Evaluación** | | **Evidencias de Conocimiento :**  **Actividad 3.3.1, 3.3.2, 3.3.2**  **Evidencias de Desempeño:**  **Evidencias de Producto:**  **Actividad 3.4.2** | Presenta el desarrollo de los cinco pasos de entrenamiento aplicados a un problema real cotidiano de forma coherente a la teoría planteada.  Desarrolla el seminario en tres minutos enfocado a un problema real cotidiano de forma manteniendo relación a la teoría planteada.  Genera una reflexión cohesionada y argumentada a partir de la toma de decisiones efectivas. | Lista de Chequeo  Lista de Chequeo | |

**REFLEXION**

Cada uno de nosotros debemos de hacer una elección entre las opciones o formas para resolver diferentes situaciones de la [vida](https://es.wikipedia.org/wiki/Vida) en diferentes contextos: a nivel [laboral](https://es.wikipedia.org/wiki/Trabajo_(econom%C3%ADa)), [familiar](https://es.wikipedia.org/wiki/Familia), [personal](https://es.wikipedia.org/wiki/Persona), [sentimental](https://es.wikipedia.org/wiki/Sentimiento) o [empresarial](https://es.wikipedia.org/wiki/Empresa) (utilizando metodologías cuantitativas que brinda la [administración](https://es.wikipedia.org/wiki/Administraci%C3%B3n)). La toma de decisiones consiste, básicamente, en elegir una opción entre las disponibles, a los efectos de resolver un problema actual o potencial (aun cuando no se evidencie un [conflicto](https://es.wikipedia.org/wiki/Conflicto) latente).

Toma de decisiones es elegir entre varias alternativas de acciones, sabiendo que las consecuencias de nuestras decisiones son inciertas. Algunas decisiones no dependen del juicio de probabilidad y lo más racional es elegir la alternativa más razonable (que podría ser no hacer nada) sopesar los beneficios o costo que nos reportara a corto y largo plazo, toda elección que hagamos tiene algunos riesgos

La toma de decisiones a nivel individual se caracteriza por el hecho de que una persona haga uso de su [razonamiento](https://es.wikipedia.org/wiki/Razonamiento) y [pensamiento](https://es.wikipedia.org/wiki/Pensamiento) para elegir una solución a un problema que se le presente en la vida; es decir, si una [persona](https://es.wikipedia.org/wiki/Persona) tiene un problema, deberá ser capaz de resolverlo individualmente tomando decisiones con ese específico motivo. También, la toma de decisiones es considerada como una de las etapas de la dirección.

Algunas de las causas pueden ser, que la falta de [confianza](https://es.wikipedia.org/wiki/Confianza) en las habilidades propias para resolver problemas venga desde el seno [familiar](https://es.wikipedia.org/wiki/Familia), es decir, que dado en un ambiente familiar autoritario hace que los [hijos](https://es.wikipedia.org/wiki/Hijo) no tengan un desarrollo personal óptimo, por lo que llegan a la edad adulta sin saber tomar decisiones, lo mismo pasa en un ambiente sobre protector donde prácticamente le resuelven la vida a los hijos, afectando su propia madurez.

La poca capacidad para tomar decisiones es uno de los problemas que más inconvenientes causan a la hora del desarrollo personal y profesional. “El temor de tomar el camino incorrecto es mucha veces el causante para que no se enfrenten las elecciones y siempre se deriven a otra persona que debe ejercer esa responsabilidad. Tomar decisiones es un [aprendizaje](https://es.wikipedia.org/wiki/Aprendizaje) que mucho tiene que ver con la propia seguridad y la confianza en uno mismo, nada tiene que ver con acertar en lo que se decida hacer o no hacer. “Todos nos equivocamos, hay que perder el miedo a errar para poder elegir sin temores y así poder tomar decisiones, ya sean buenas o malas

1. **RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVIDADES DEL PROYECTO** | **DURACIÓN  (Horas)** | **Materiales de formación devolutivos: (Equipos/Herramientas)** | | **Materiales de formación (consumibles)** | | **Talento Humano (Instructores)** | | **AMBIENTES DE  APRENDIZAJE TIPIFICADOS** |
| **Descripción** | **Cantidad** | **Descripción** | **Cantidad** | **Especialidad** | **Cantidad** | **ESCENARIO (Aula, Laboratorio, taller, unidad productiva)** y elementos y condiciones de seguridad industrial, salud ocupacional y medio ambiente |
|  | 8 | Computadores | Por cada aprendiz | Internet, guías, portafolio | Por cada aprendiz | Promover | 1 | Ambiente de formación, taller, aula global, biblioteca. |

|  |
| --- |
| **Decisiones**. Son combinaciones de situaciones y conductas que pueden ser descritas en términos de tres componentes esenciales: acciones alternativas, consecuencias y sucesos inciertos.   1. **GLOSARIO DE TÉRMINOS**   **Resultado**. Son situaciones describibles públicamente que ocurrirían cuando se llevan a cabo las conductas alternativas que se han generado. Como todas las situaciones son dinámicas y suponen que si se continúa la toma la acción el resultado puede variar.  **Consecuencias**. Son las reacciones evaluativas subjetivas, medidas en términos de bueno o malo, ganancias o pérdidas, asociadas con cada resultado.  **Incertidumbre**. Se refiere a los juicios de quien toma la decisión de la propensión de cada suceso de ocurrir. Se describe con medidas que incluyen probabilidad, confianza, y posibilidad? (likelihood)  **Preferencias**. Son conductas expresivas de elegir, o intenciones de elegir, un curso de acción sobre otros.  **Tomar una decisión.**  Se refiere al proceso entero de elegir un curso de acción.  **Juicio**. Son los componentes del proceso de decisión que se refieren a valorar, estimar e inferir qué sucesos ocurrirán, y cuáles serán las reacciones evaluativas del que toma la decisión en los resultados que obtenga.  **Alternativa:** Posibilidad de elegir entre opciones o soluciones diferentes.  **Análisis:** Separación de las partes de un todo hasta llegar a conocer sus principios y elementos.  **Argumentación:** Aportación de razones o argumentos en favor o en contra de una opinión.  **Conflicto:** Oposición o enfrentamiento entre personas o cosas. Problema de difícil solución, oposición o rivalidad prolongadas.  **Confrontación:** Acción de poner una cosa frente a otra para averiguar la verdad o falsedad de ambas.  **Decisión:** Determinación ante opciones posibles.  **Eficacia:** Capacidad para obrar o para producir el efecto deseado.  **Evaluación:** Análisis de una cosa que determina su valor, importancia o trascendencia.  **Imposición:** Obligación que se le exige a una persona que cumpla o acepte.  **Necesidad:** Se denomina necesidad a aquellas sensaciones de carencia, propias de los seres humanos y que se encuentran estrechamente unidas a un deseo de satisfacción de las mismas.  **Relación:** Trato o unión que hay entre dos o más personas.  **Resolución:** Decisión que se toma después de considerar todos los factores de un problema o de una duda. Determinación y seguridad para hacer una cosa.  **Técnica:** Habilidad que tiene una persona para hacer uso de estos procedimientos o recursos. |

1. **REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS**

|  |
| --- |
| Brusa, M., & Bonet Luna, C. (s.f.). Resolución de Problemas y Conflictos.  Recuperado el 14 de agosto de 2013, de AEPap: http://www.aepap. org/familia/resolucion.htm#dos  Castro, J. L. (2005). Analisis de Problema y Toma de Decisiones. México.  [Dr José Antonio García Higuera](http://www.cop.es/colegiados/M-00451/cv.html), El Proceso de Toma de Decisiones.  <http://portal.uc3m.es/portal/page/portal/cultura_y_deporte/orientacion/orientacion/bienestar_emocional/gestion_emociones/Soluci%F3n%20de%20problemas.PDF> |

1. **CONTROL DEL DOCUMENTO (ELABORADA POR)**

|  |
| --- |
| **Sandra Ramón Velásquez. Instructora competencia Promover. 2013**  **Modificada por: Yeni Rátiva. Instructora competencia Promover. 2015**  **Revisión Equipo pedagógico: Sandra Ramón Velásquez. 2015** |

**RESUMEN “EL PROCESO DE TOMA DE DECICIONES”**

3.4.1

La necesidad de tomar decisiones rápidamente en un mundo cada vez más complejo y en continua transformación, puede llegar a ser muy desconcertante, por la imposibilidad de asimilar toda la información necesaria para adoptar la decisión más adecuada

Lo importante, es adoptar un enfoque proactivo de toma de decisiones, es decir, debemos tomar nuestras decisiones, sin esperar a que los otros lo hagan por nosotros, o bien, a vernos forzados a hacerlo.

Análisis del problema: en este paso habremos de determinar las causas del problema y sus consecuencias y recoger la máxima información posible sobre el mismo. En esta ocasión la cuestión a resolver es, ¿cuáles son las opciones posibles?

* EVALUACION Y ESTUDIO DE OPCIONES
* SELECION DE MEJOR OPCION
* PONER EN PRÁCTICA LAS MEDIDAS TOMADAS
* EVALUAR EL RESULTADO

Consiste en desarrollar distintas posibles soluciones al problema.  Cuantas más alternativas se tengan va ser mucho más probable encontrar una que resulte satisfactoria. Técnicas tales como la lluvia de ideas, las relaciones forzadas, la cinética, etc. son necesarias en esta etapa en la cual es importante la creatividad.

Todas las personas que toman una decisión poseen una serie única de características personales influyentes en la resolución del problema. Por ejemplo, en una empresa, el gerente creativo tolerará bien la incertidumbre, ofreciendo diversas alternativas para su decisión en un menor tiempo. 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, personal, sentimental o empresarial (utilizando metodologías cuantitativas que brinda la administración). La toma de decisiones consiste, básicamente, en elegir una opción entre las disponibles, a los efectos de resolver un problema actual o potencial (aun cuando no se evidencie un conflicto latente)

Técnicas de terapia de conducta

Que sean útiles para todos los profesionales

Solución a la conducta demostrada

Solución de trastornos

Afrontar dificultades

Enfermeros

Médicos

Psiquiatras

Psicólogos

Han demostrado a lo largo de las últimas décadas en el tratamiento su eficiencia de diferentes trastornos, sin embargo muchas veces las terapeutas se encuentran en una situación técnica correctas y no saber exactamente qué pasos construyen