

F.55 TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la Técnica: Taller Centros de Interés
Habilidad para la Vida: Toma de Decisiones
Valor: Responsabilidad
Objetivo: los participantes fortalecen sus habilidades en la toma de decisiones y solución de problemas mediante la práctica de juegos de estrategia que servirán a su vez para la priorización de problemáticas y centros de interés a desarrollar en el semillero.
Descripción: Actividad de Ambientación: Se orienta a los participantes en identificar y poner en práctica la creación de estrategias para lograr el objetivo de la actividad. <ul style="list-style-type: none">✓ Los participantes se ubican en parejas.✓ A cada pareja se le entrega un globo.✓ Siguiendo las instrucciones del coordinador, la actividad consiste en desplazar el globo sin utilizar sus manos por diferentes partes del cuerpo. Ejemplo frente con frente, pecho con pecho Rodillas con rodillas etc. Actividad Central: Los participantes se sientan en círculo y se les informa que se va a trabajar dos habilidades para la vida; la toma de decisiones y la solución de problemas, haciendo un breve recuento con los participantes sobre cuáles son las 10 habilidades para la vida que se trabajan en los semilleros. Posterior a esto, se les plantea a los participantes que las actividades son de estrategia y no de competencia. <u>Semilleros Infantiles:</u> Aros cooperativos: los participantes se dividen en dos grupos de igual cantidad, formando hileras (hombro con hombro) tomados de la mano, el propósito será pasar a través del cuerpo el aro ula ula sin utilizar las manos, desde el primer participante hasta el último. Lazo: En los mismos grupos, los participantes se ubican formando filas (uno detrás del otro) se establece una línea limítrofe entre los dos grupos, cada grupo tendrá una parte de la cuerda, el propósito es halarla hasta lograr que el grupo contrario sobre pase la línea limítrofe, para ello deberán establecer acuerdos y estrategias para lograrlo. <u>Semilleros pre-juveniles:</u> Cubo de soma El Cubo Soma es un rompecabezas de disección sólido compuesto por cubos, en equipo los participantes deben armar el rompecabezas formando cubo de 3x3x3. Se les pide a los participantes observen atentamente el cubo y como equipo generen una estrategia para su posterior armado, para esto se les da 5". El coordinador desarma el cubo y se les pide a los participantes que lo armen aplicando su estrategia en menos de 10"; en caso tal que el equipo no logre armarlo se les pide reflexiones sobre los aciertos y desaciertos y sometan a evaluación la estrategia utilizada realizando ajustes a esta, se les permite discutirlo durante 5" y se les permite volver a intentarlo, esto se repite hasta que alcances el objetivo de

armar el cubo

Actividad Final:

Al finalizar los juegos de estrategia se les pide a los participantes reflexiones sobre la aplicación de las 2 habilidades para la vida mientras el coordinador va retroalimentando a los participantes sobre el proceso de toma de decisiones y solución de problemas.

Se realiza reencuadre sobre los riesgos y problemáticas identificadas en la técnica de cartografía, priorizando y proponiendo posibles estrategia y centros de interés

Normas:

- Participación activa
- Respeto por el otro y por su opinión
- Seguir instrucciones
- Escucha activa

COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA

(marca con una X la competencia y las habilidades a fortalecer con la técnica central)

Cognitivas	Manejo de las Emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo Emociones y sentimientos	Comunicación efectiva
Toma de decisiones X		Relaciones interpersonales
Solución de conflictos		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico		

Preguntas Reflexivas:

- ¿Qué sensación generaron las actividades iniciales?
- ¿Cómo se relacionan estas con la toma de decisiones y la solución de problemas?
- ¿Qué estrategias utilizaron?
- ¿Cuál de las estrategias no dio resultado y porque?
- ¿Cuál(es) fueron la(s) estrategias exitosas y porque?
- ¿Cuáles fueron los factores de riesgo y situaciones problemáticas identificadas?
- ¿Cuál considera es la más relevante?
- ¿Cómo consideran que podemos mitigar esta situación o problemática?
- ¿Qué herramientas (centros de interés) podemos utilizar?

Recurso Físico: Cerrado

No. de participantes: mínimo 15 máximo 50 niños y niñas

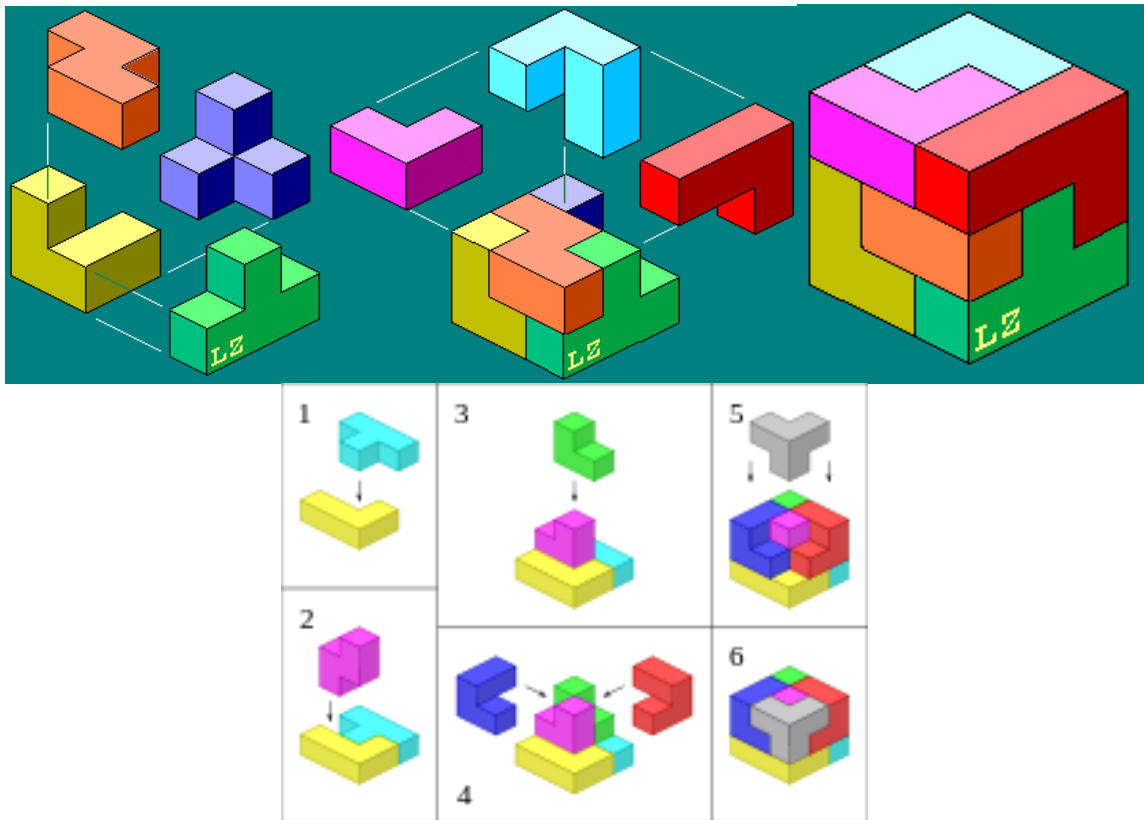
Materiales:
 Globos
 Aros ula ula
 Cubo de soma
 Marcadores y hojas

Variable: N.A

OBSERVACIÓN
 Hace referencia al nivel de participación del coordinador en el desarrollo, seguimiento y evaluación de la técnica

Nivel 1: ____ Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.	Nivel 2:X Es la participación indirecta pero permanente del coordinador en la técnica le permite observar la dinámica de los participantes.	Nivel 3: ____ Es la participación externa del coordinador, donde solo se observa el desarrollo de la técnica, permitiéndole esto analizar la dinámica grupal
--	--	---

FIGURA O GRÁFICO



Bibliografía – Autor – Anexos
<http://www.decision-making-confidence.com/como-tomar-una-decision.html>
 Adaptación equipo de trabajo Fundación Concreto.

Anexos:

MODELO 8 PASOS EN LA TOMA DE DECISIONES

- Paso 1. Definir el problema, objetivo o situación de decisión. Cada paso brinda racionalidad y seguridad al proceso de tomar decisiones. ¿Quién y por qué debe tomar una decisión? ¿Qué se quiere lograr? ¿Cómo se explica la situación? En el mismo proceso de definición del problema suelen aclararse y organizarse las ideas, y pueden surgir distintas visiones si hay varias personas involucradas.

- Paso 2. Buscar la información relevante. Una buena decisión se basa siempre en información: datos del mercado, indicadores internos, análisis del contexto, reportes de empleados, consejos de expertos, buenas prácticas, entre otras fuentes. La clave en este paso es buscar la información mínima necesaria para un buen análisis.

- Paso 3. Definir criterios de decisión. Aun ante el mismo problema, la forma de evaluar las alternativas suele variar, ya que distintas personas pueden dar prioridad a criterios diferentes. Por ejemplo, para poner en marcha un negocio, ¿es más importante la rentabilidad o el atractivo para el emprendedor? Listar los criterios que se utilizarán para sopesar las opciones simplifica los pasos que siguen.

Paso 4. Identificar alternativas. ¿Cuáles son los cursos de acción posibles? Evalúa la situación desde distintos ángulos y analizá si no existen soluciones ya desarrolladas para el problema. Es el momento de usar la creatividad para encontrar caminos alternativos.

Paso 5. Analizar resultados posibles para cada alternativa. ¿Qué ocurre si me decido por A? ¿A dónde conduce la alternativa B? Con los caminos bien identificados es posible imaginar los resultados, no sólo en términos de números (costos, ganancias), sino de aspectos cualitativos como imagen, esfuerzo o satisfacción.

Paso 6. Seleccionar la alternativa ganadora. Es el momento de poner en la balanza todo lo analizado, y usar los criterios como unidad de medida. Si abro una sucursal, ¿cuánto dinero

Ganaré?, ¿cómo impacta en mi trabajo diario?, ¿de qué forma me garantizo que funcione bien?. La comparación entre las distintas alternativas suele mostrar que una resuelve mejor la exigencia de los criterios elegidos. ¡Tenemos una decisión!

Paso 7. ¡Implementar! Ninguna decisión está tomada realmente hasta que se pone en marcha. Son muchos los procesos de decisión que fallan en la etapa de ejecución.

Paso 8. Revisar los resultados. Cada decisión implica un aprendizaje. Aun si los resultados no fueron los esperados es posible aprender de los errores para no repetirlos. Así, esta etapa final de revisión de las decisiones tomadas es clave para mejorar

Modelo Preparado Por Reconocimiento
Para Tomar Decisiones

¿Qué es?

En 1985 Gary Klein y otros comenzaron a desarrollar el modelo preparado por reconocimiento para tomar decisiones. Estudiaron la toma de decisiones del ejército y examinaron cómo los bomberos tomaban decisiones.

Se dieron cuenta de que esos expertos en la toma de decisiones no comparaban listas de opciones. Incluso, no estaban comparando entre dos opciones. De manera, que revisaron todo su proyecto y obtuvieron un modelo sobre cómo la gente, en realidad, toma decisiones.

Llamaron a esta descripción modelo preparado por reconocimiento para tomar decisiones.

Cómo funciona

En una situación dada, la persona que va a tomar una decisión notará pistas e indicadores que le permitan reconocer patrones. Basado en esos patrones y en la decisión que tiene que tomar, la persona elige un único curso de acción, una 'secuencia de acción', con la que considera que logrará el resultado.

Klein y sus colaboradores se preguntaron cómo la gente podría valorar esta única opción si no era comparándola con alguna otra. Lo que encontraron fue que la persona que tomaba la decisión pasaba la secuencia de acción a través de una simulación mental.

La simulación mental estaba basada en los modelos mentales que la persona había desarrollado a lo largo de su experiencia. En otras palabras, la persona que toma la decisión tiene una idea acerca de cómo funcionan las cosas basada en el conocimiento que ha obtenido de su experiencia. Él o ella compara la opción frente a lo que conoce que funciona.

Moviendo hacia delante

Si la persona que toma la decisión considera que la secuencia de acción logrará el resultado, sigue adelante.

Si considera que podría no funcionar debido a un problema potencial, puede probar y alterar la secuencia de acción de alguna manera. Si, mentalmente, no piensa que funcionará, la descarta completamente, y, elige una segunda secuencia de acción.

Es decir, lo ensaya mentalmente y continuará hasta que encuentre la secuencia de acción que piensa que funcionará. Luego, la utiliza. Ten presente que en este modelo preparado por reconocimiento no hay comparación entre alternativas.

Pericia y patrones

Conforme las personas llegan a ser más expertas en sus campos, ellos tienen más y más experiencia, y su habilidad para reconocer patrones aumenta. Esto les da más opciones de entre las que elegir. Lo que significa que, más frecuentemente que no, la primera opción que elijan funcionará.

Lo que les hace expertos es su movimiento rápido y efectivo a través del modelo preparado por reconocimiento para tomar decisiones.

Intuitivo Y racional

Lo que Klein y sus colaboradores están sugiriendo en su modelo preparado por el reconocimiento es el uso de modelos para tomar decisiones intuitivos y racionales, pero con nuestra intuición en el lado del conductor!

La intuición es usada para reconocer situaciones y ayudarnos a decidir cómo responder, y el análisis es usado para verificar que nuestra intuición es adecuada con la situación.

¿Funcionará para ti?

Podrías pensar que el modelo preparado por reconocimiento funcionará para algunas decisiones pero no para otras. Hay dos cuestiones aquí. Primero, inicialmente, Klein sugirió que el 90% de las decisiones importantes fueron probablemente hechas de esta manera, y más del 90% de las decisiones rutinarias.

Subsecuentemente, la investigación sugiere que sus ideas iniciales fueron de hecho sesgos en favor de la toma de decisiones racional. ¡Entonces, es probable que él estuviera subestimando con qué frecuencia la gente usa el modelo preparado por reconocimiento para tomar decisiones!

En segundo lugar, si estás preocupado sobre tomar grandes decisiones de esta manera, Klein también encontró que los oficiales del ejército usaban su intuición en el 96% de sus decisiones de planificación. Los comandantes navales usaban este modelo el 95% del tiempo también. ¡Tripulaciones aéreas comerciales y los dirigentes de las plataformas petroleras marinas usan su intuición en el 90% de sus decisiones!

El modelo preparado por el reconocimiento para tomar decisiones está siendo usado para reemplazar el proceso convencional para tomar decisiones usado por el ejército militar en muchas unidades. ¿Por qué? ¡Porque funciona! Se ha encontrado que, planificar usando el modelo preparado por el reconocimiento se

adapta de forma más audaz y mejor a las demandas situacionales y del ambiente que otras planificaciones.

El proceso para tomar decisiones del ejército militar se supone que capacita a un oficial para desarrollar estrategias de batalla tácticamente sólidas que resulten en éxito. ¡También se ha encontrado el resultado contrario en muchos casos! El modelo preparado por reconocimiento para tomar decisiones también ha sido recomendado ahora en la guerra global contra el terrorismo.

Klein, en su libro en inglés 'Intuition At Work' explica en detalle este modelo y también da ejercicios y juegos generales de decisiones para mejorar la intuición.

¿Qué implica?

Cuando te preguntas sobre cómo tomar una decisión, hay dos grandes aspectos que tienes que tener en cuenta: tú y tu proceso para tomar decisiones.

Si necesitas hacer un trabajo en particular, por lo general, usarás una herramienta particular que tiene una determinada función.

Pero si la herramienta no tiene la forma correcta, no puede funcionar muy bien. Unas tijeras de punta de roma, por ejemplo, no funcionarán tan bien como unas afiladas en algunos casos.

Del mismo modo, es importante que Tú estés en buena forma antes de toma una decisión.

¿Cómo se relaciona esto con tomar una decisión?

Si estás teniendo una mala época y las cosas no van bien, tiene sentido no tomar decisiones importantes durante esa época. ¡Puede que las opciones tampoco funcionen muy bien en ese momento!

Cuando la gente usa frases como:

Sentirse agobiado

Sentirse deprimido

Sentir el peso del cuerpo sobre los hombros

Estar agarrotado

Estar atrapado

Son sus cuerpos “diciéndoles” que no están funcionando también como podrían..., y es probable que no es una buena idea tomar decisiones importantes en esos momentos.

Por supuesto, habrá momentos cuando absolutamente tienes que tomar decisiones cuando estás estresado o bajo presión. Un consejo útil para minimizar

estas situaciones es tomar decisiones por adelantado o antes de tiempo, es decir, antes de que “tengas que”.

Por ejemplo, si has pensado comprar algo caro, podrías decidir, antes de ir a la tienda o al almacén, cuál es la cantidad máxima que estás dispuesto a pagar, para evitar ser presionado a pagar más en el último minuto por un vendedor hábil. O tú puedes decidir antes una negociación sobre lo que quieres y la concesión que estás dispuesto a hacer, en lugar de ir y esperar lo mejor.

De esta manera, puedes tomar decisiones cuando estás relajado, tranquilo y sin presión.

La parte sobre ti

Cuando alguien está de buen humor, frecuentemente se describe a sí mismo como:

Me siento ligero

Siento que voy pisando fuerte

Camino con la cabeza bien alta

Siento que puedo fluir y deslizarme

Me muevo con gracia

¿Alguna vez has pensado de dónde vienen estas frases? De hecho, son descripciones de la gente que conoce su cuerpo en diferentes momentos.

Frases como

Sacude tu cuerpo

Consúltalo con la almohada

Dar un paso atrás y tomar distancia por un momento

Tómate un respiro

Son expresiones que usamos cuándo queremos tomar distancia, o pensar de una forma diferente sobre algún tema. Sabemos, que inherentemente, moviendo nuestros cuerpos de forma diferente vamos a encontrar formas diferentes de pensar.

Esto también explica por qué cuando alguien deja su escritorio para tomar un café, de repente se inspiran y se dan cuenta de la respuesta al problema que estaban teniendo o se dan cuenta de qué elección tomar.

Hay también otras formas de señales internas más sutiles que nos ayudan a saber cómo tomar buenas decisiones y puedes aprender sobre tus propias señales internas aquí...

De manera similar, saber cuales son tus valores personales también te permite tomar decisiones más rápidas.

Niños y adolescentes

Debemos tener una consideración especial con los niños y los adolescentes en el proceso de la toma de decisiones, ya que es necesario un tiempo para que el cerebro se desarrolle y, hay muchos factores que influyen en los adolescentes cuando van a tomar una decisión.

Una guía básica pero simple...

La guía general es:

Buen humor = buenas decisiones,

Mal humor = malas decisiones.

Cuando digo "mal humor" estoy incluyendo los momentos de presión, estrés o la falta de tiempo. No estoy diciendo que todas las decisiones tomadas en esas circunstancias son malas decisiones.

Sin embargo, es más probable que en los momentos de "mal humor" tomemos decisiones precarias o malas decisiones.

Entonces... cómo tomar una decisión

De acuerdo, ahora te sientes bien, tu cuerpo está relajado, tienes una buena postura, no estás bajo estrés o presión, ¿qué es lo siguiente en términos de cómo tomar una decisión...?