

F.55 TÉCNICA RECREATIVA

Nombre de la técnica: Aprendo a tomar decisiones

Habilidad para la Vida: Toma de Decisiones

Valor: Responsabilidad

Objetivo: Reflexionar sobre las distintas formas y pasos para tomar decisiones.

ACTIVIDAD DE AMBIENTACIÓN:

- ✓ Juego inicial: cuidando a mi compañero
- ✓ Los participantes se dividen en dos grupos de igual cantidad
- ✓ Luego en los subgrupos, se organizan en parejas y se sientan en el piso ubicando la planta de los pies con los del compañero.
- ✓ El juego consiste, en que la primera pareja de cada grupo pasa por el medio de sus compañeros teniendo mucho cuidado en no pisarlo, llegan al otro lado y deben regresar por los lados. Una vez lleguen a su puesto inicia la pareja siguiente.

ACTIVIDAD CENTRAL:

Momento 1:

Proyección de Video Nuestro tiempo es ahora link <https://www.youtube.com/watch?v=JndZ3y-KVLQ>

Preguntas orientadoras para socializar:

- ✓ ¿Que se percibe en el video?
- ✓ ¿Qué relación tiene con la problemática elegida en el semillero?
- ✓ ¿Que mensaje me da para la vida?

Momento2:

- ✓ Los participantes se dividen en grupos, a cada grupo se le entrega una lectura llamada “Factores de riesgo y factores de protección” después de la lectura socializar las respuestas.



Lee el siguiente texto y luego socialicen las respuestas.

Mi nombre es Carlitos tengo 12 años y estoy en 7º grado, vivo con mi mamá, mi papá y mis hermanos. Estudio en las mañanas y en las tardes trabajo ayudándole a mi padre cargando paquetes en el supermercado, mi mamá es ama de casa y está siempre pendiente de nosotros pero en su rostro se ve mucha tristeza porque en ocasiones mi padre la maltrata sin justa causa, eso me duele y no me gusta verla triste y con moretones.

Tengo 2 hermanos el mayor se llama Juan tiene 19 años y no vive con nosotros está asumiendo consecuencias de sus actos, no terminó el colegio y empezó a consumir drogas desde que tenía 13 años y ahora está en la cárcel, mi hermana Laura tiene 14 años ella sí es muy pillosa le va muy bien en colegio y saca las mejores calificaciones ahí, y es mi mejor amiga está presente cuando lo necesito... yo la quiero mucho, ella me cuenta que tiene un novio y que empezó con su vida sexual pero que le da miedo contarle a mis padres por temor a que la castiguen.

Cuando tengo ratitos libres me gusta estar con mis amigos y sobre todo con Cristian porque me divierten mucho jugando fútbol, pero los últimos días ya no voy solo, sino que lo acompaño haciendo mandados en el barrio, entregando mercancía empacada en bolsas negras y en lugares muy solos del barrio. A veces siento miedo, pero él es mi amigo y no lo puedo dejar solo además él comparte el dinero que le dan conmigo.

a. ¿Escribe los factores de riesgo que identificas en la historia?

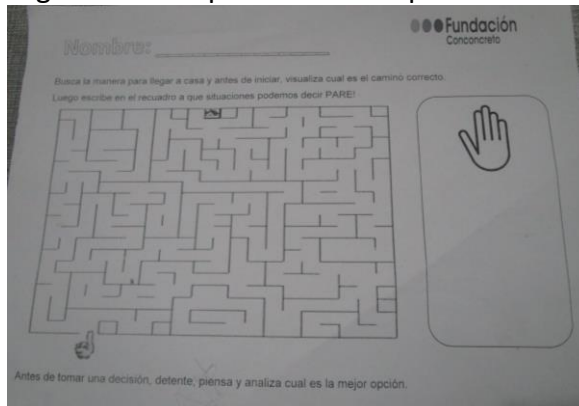
b. ¿Qué crees que puede hacer Carlitos para protegerse de esos factores de riesgo?

c. ¿Cristian el Amigo de Carlitos es realmente un buen Amigo?

SI _____ NO _____
¿Por qué?

d. ¿Qué le recomendarías a Carlitos de su amistad con Cristian?

- ✓ De manera individual cada participante busca la manera para llegar a casa y antes de iniciar, visualiza cual es el camino mas adecuado. Luego escribe a que situaciones podemos decir PARE.



CIERRE O REFLEXIÓN:

- ✓ Socialización las distintas situaciones escritas por los participantes.

Normas:

- El juego es conveniente que se realice de forma individual para poder explorar las decisiones individuales y fomentar la toma de decisiones que consideren acertadas
- Valorar todo lo que han anotado
- Respetar la opinión del otro
- Participación activa y voluntaria

COMPETENCIAS CIUDADANAS Y HABILIDADES PARA LA VIDA.

Cognitivas	Manejo de las emociones	Sociales o interpersonales
Conocimiento de sí mismo	Manejo emociones y sentimientos	Comunicación asertiva
Toma de decisiones x		Relaciones interpersonales
Solución de problemas y conflictos		
Pensamiento creativo	Manejo de tensiones y estrés	Empatía
Pensamiento crítico		

Preguntas Orientadoras:

- ✓ ¿Que se percibe en el video?
- ✓ ¿Qué relación tiene con la problemática elegida?
- ✓ ¿Que mensaje me da para la vida?
- ✓ ¿A que situaciones podemos decir PARE?

Recurso físico: cerrado

No. de participantes: mínimo 15 máximo 50 personas

Material:

- ✓ Lápiz
- ✓ Borradores
- ✓ Sacapuntas
- ✓ Formato con las recomendaciones del chef
- ✓ Lecturas
- ✓ Video Beam, portátil y parlantes

Variable: N.A

OBSERVACIÓN

Nivel 1: ____

Es la participación directa y continua del coordinador en la técnica.

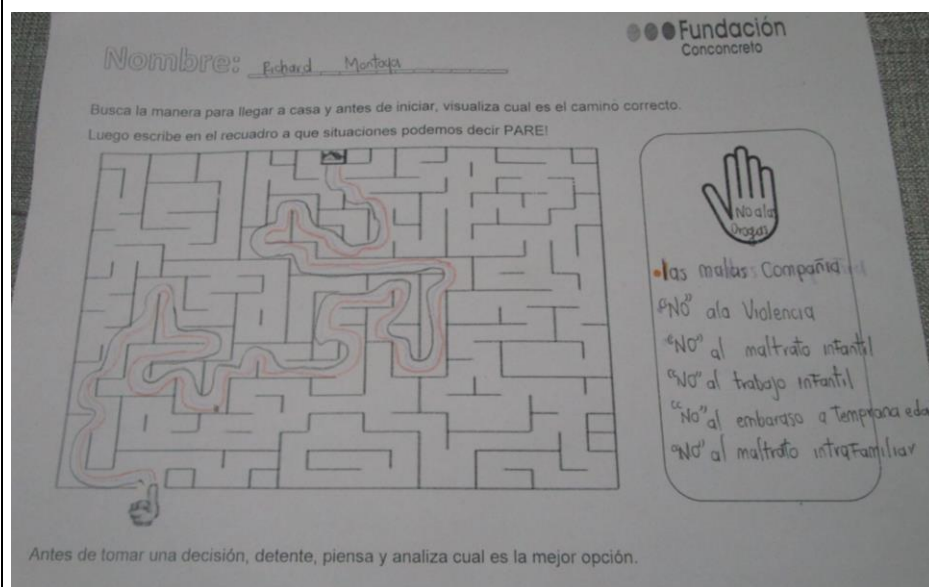
Nivel 2: **X**

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

Tomado de: <http://chrisblogdetutoreo3.blogspot.com.co/2015/09/decisiones-personales.html>

"Todos podemos decidir porque somos libres, pero es muy importante ejercer esta libertad con responsabilidad, ya que si no lo hacemos podrá haber consecuencias negativas . Cuando tomamos una decisión, tenemos que analizar las ventajas y desventajas de lo que decidimos y aprender a valorar si lo que hacemos es conveniente o no." -Arisbeth Castillo