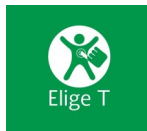




Dimensión:

*“Una buena decisión”*



### **Para reflexionar...**

- ¿Qué ventajas tiene analizar las decisiones propias?
- ¿Por qué puede ser útil analizar una buena decisión?
- ¿Con qué criterios los estudiantes evalúan la toma de decisiones?

Para trabajar con:  
*Estudiantes/ docentes*

### **Nuestro objetivo:**

Analizar una decisión tomada por uno mismo y evaluar si fue una decisión asertiva, con argumentos convincentes.

Tiempo de planeación:  
*5 min.*

### **Condiciones y materiales deseables:**

En el salón de clases o un lugar propicio para el diálogo.

Duración estimada:  
*15 min.*

### **Paso a paso:**

1. Se solicita a los estudiantes que piensen en una decisión importante que hayan tomado en su vida y que consideren correcta.
  2. En parejas, se solicita a los estudiantes que compartan ¿qué decisión tomaron?, ¿qué alternativas consideraron?, ¿cómo eligieron lo que eligieron?, ¿por qué piensan que tomaron una buena decisión?, ¿qué consecuencias tuvo o ha tenido dicha decisión en su vida?
  3. Al final, se invita a los estudiantes a compartir lo que aprendieron al hacer este ejercicio.
- Nota: no se trata de repetir lo que se compartió con el compañero, sino de hablar del por qué les sirvió hacer el ejercicio y qué aprendieron sobre los procesos de toma de decisiones.

Habilidades generales en entrenamiento



Habilidades específicas en entrenamiento



### **Para terminar...**

*¿Cómo será una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?*

Tomar decisiones reflexivas y responsables es una habilidad muy importante en todos los ámbitos de la vida. Existen sesgos cognitivos de los que no nos damos cuenta y que frecuentemente nos dificultan tomar decisiones asertivas. Analizar y compartir nuestras decisiones exitosas nos ayuda a contrarrestar estos sesgos, a fortalecer nuestro sentido de autoeficacia y así seguir tomando decisiones reflexivas en el futuro.



**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio [www.sems.gov.mx/construyet](http://www.sems.gov.mx/construyet)**

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.