

8. ¡¡TÚ DECIDES !!



¿Qué pretendemos en esta sesión?

- Tener claro que pasos deben seguir para tomar una decisión correcta, contando con todos los recursos que han recibido a lo largo del curso de orientación.

ACTIVIDAD Nº 1: DEFINIR BIEN EL PROBLEMA

EL DILEMA DE LOBEZNO



A Lobezno, cuando era estudiante se le planteó el siguiente dilema:

La semana antes de comenzar los exámenes finales, su amigo Torpedo le propuso irse de viaje, durante el fin de semana, a esquiar a Los Andes con muchos amigos. Entonces él se plantea qué hacer, si quedarse estudiando para los exámenes o irse a esquiar.

Se lo comenta a sus padres, para que le aconsejen en su decisión, pero ellos le dicen que ya es mayor y debe decidir por sí solo.

Lobezno llama a Torpedo, y le dice que no sabe si irá porque tiene que estudiar para el primer examen de Control de poderes. Entonces Torpedo le dice que haría mucha ilusión que fuese con él, ya que es su mejor amigo.

Finalmente se plantea seguir un plan lógico y ordenado de acciones para resolver su problema.

¿Qué tengo que decidir y de cuánto tiempo dispongo?

“Lobezno pensó, que tenía muchas ganas de ir a esquiar pero que debía estudiar para su examen, el cual no tenía bien preparado”

¿Tú que harías? ¿Qué quieres hacer el curso que viene?

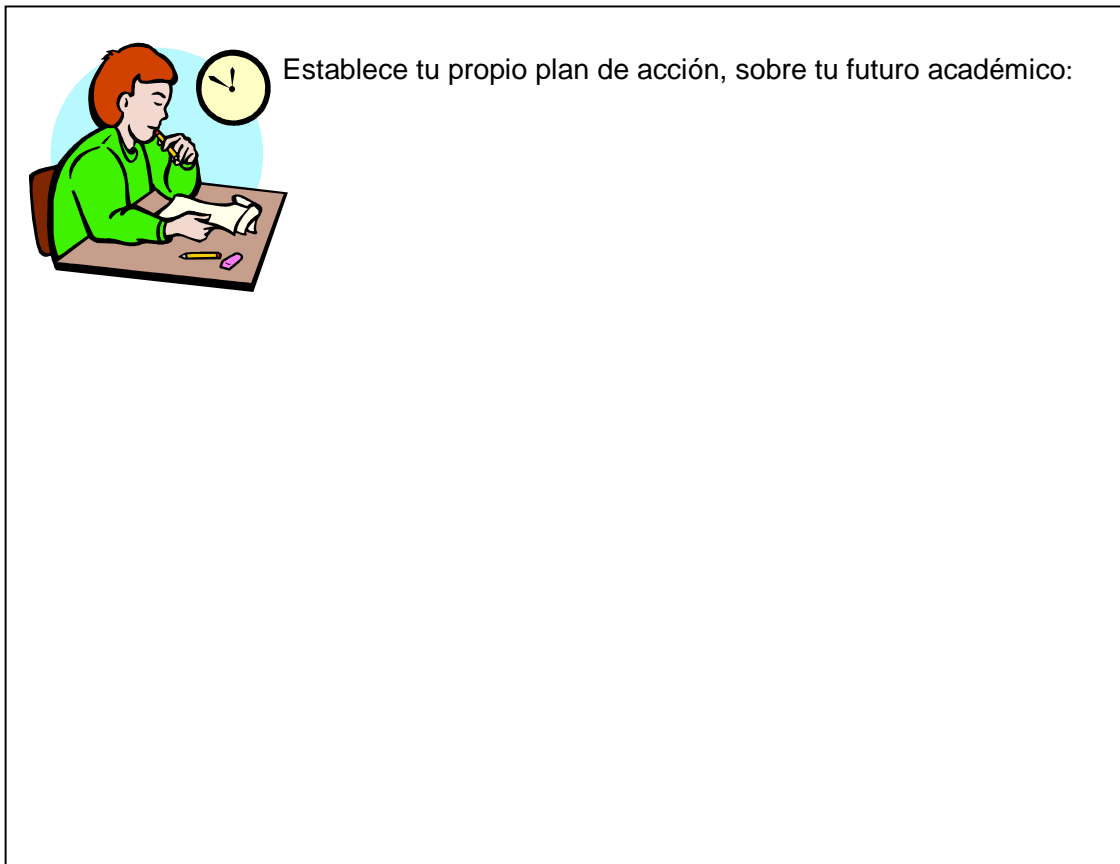


ACTIVIDAD Nº 2: ESTABLECER UN PLAN DE ACCIÓN

¿Qué necesito hacer o saber para resolverlo de manera adecuada y en que orden? Por tanto, ¿qué compromisos me exige todo esto?

Lobezno, analizó lo que realmente le interesaba más, reconociendo las diferentes alternativas de que dispone, para al final valorarlas y elegir. Por lo tanto los pasos a seguir son:

- Analizar intereses
- Reconocer alternativas
- Valorar y elegir.



ACTIVIDAD Nº 3: CLARIFICAR MIS INTERESES Y VALORES

¿Qué tengo claro que me gustaría hacer realmente y qué me merece la pena?



Los intereses de Lobezno eran los siguientes:

1. Aprobar el examen de control de poderes
2. Ir a esquiar con Torpedo.

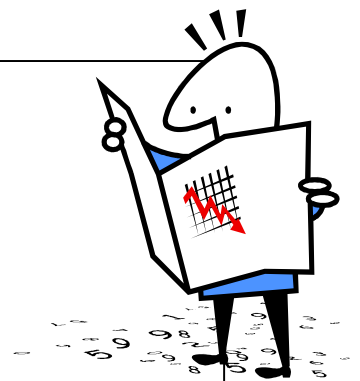
¿Cuáles son tus intereses académicos para el futuro?

ACTIVIDAD Nº 4: IDENTIFICAR LAS ALTERNATIVAS QUE TENGO

Lobezno pensó:

- Si lo que más me interesa es aprobar el examen de Control de poderes:
 - No ir a esquiar a casa de Torpedo
 - Ir otro fin de semana que me invite a esquiar
- Si lo que más valor es ir a esquiar:
 - Preparar poco el examen
 - Tener que estudiar en verano
- Si mi alternativa fundamental es compaginar ambas acciones:
 - Estudiar mucho durante la semana anterior para poder ir a esquiar, sabiéndome bien el examen.

¿Entre qué alternativas te encuentras?



ACTIVIDAD Nº 5: VALORAR LAS CONSECUENCIAS DE CADA ACCIÓN

¿Qué me supone cada una de esas opciones? Ventajas e inconvenientes. ¿He pensado sólo en mis intereses o he tenido en cuenta a otras personas?

Lobezno meditó:

- Si voy a esquiar puedo pasármelo muy bien, pero suspender el examen, decepcionar a mis padres y a mi mismo por el mal resultado, además de tener que estudiar durante mis vacaciones.
- Si no voy a esquiar, y me quedo estudiando, puedo sacar muy buena nota en el examen, pero arrepentirme toda la vida de no haber aprovechado la oportunidad de esquiar en Los Andes.
- Si estudio mucho la semana anterior y me lo sé muy bien, puedo ir a esquiar con la tranquilidad de saber que puedo aprobar el examen.



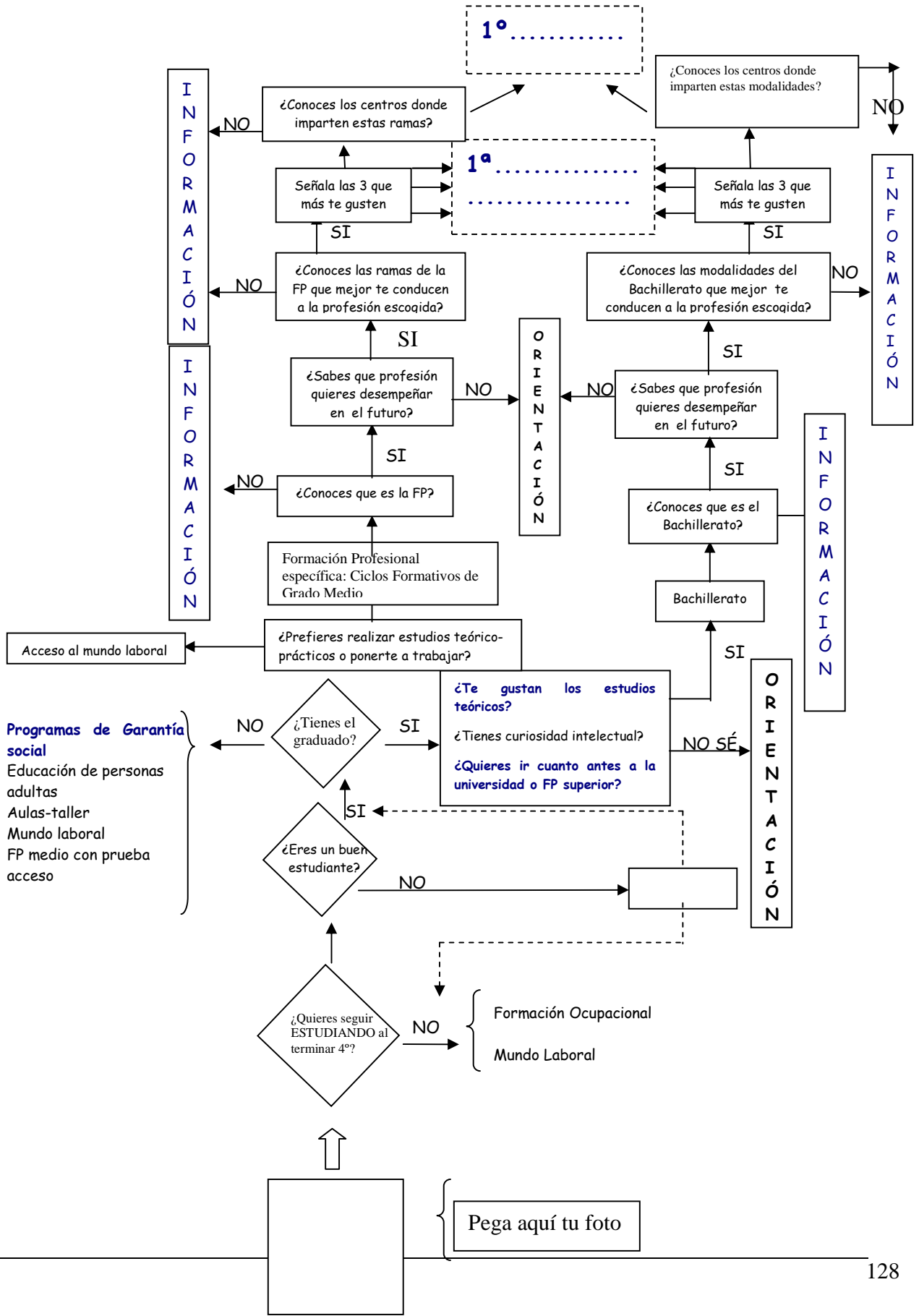
Después de todas las actividades realizadas hasta ahora, valora las ventajas e inconvenientes de tus intereses.

ACTIVIDAD Nº 6: ELIMINAR LO QUE NO ME INTERESA

¿Qué opciones descarto y por qué? ¿Con cuál me quedo, por qué?

- Después de mucha reflexión sobre el tema, Lobezno llegó a la siguiente conclusión:
 - Estudiaría mucho la semana anterior, para poder ir con su amigo Torpedo a esquiar a Los Andes, y estar bien preparado para su examen de Control de Poderes.

De todas tus alternativas, ¿por cuál te decantas? Para ello, ayúdate del cuadro siguiente:



ACTIVIDAD Nº 7: EVALUAR MI DECISIÓN

Reflexiona en casa sobre tu decisión:

- ¿Me siento a gusto con la decisión que tomé?



- ¿Me hace sentir bien?

- ¿Me equivoqué al valorar alguno de los aspectos?

