

Obxectivos:

- 1 Concienciarse da importancia da toma de decisións na vida das persoas.
- 2 Reflexionar sobre os distintos estilos na toma de decisións.
- 3 Aprender a planificar as nosas decisións importantes.

Contidos:

- 1 Análise da importancia na toma de decisións segundo a situación que se presente no problema.
- 2 Valoración dos distintos estilos na toma de decisións.
- 3 Planificación, paso a paso, dunha suposta situación problemática ata acadala solución.

Actividades:

- 1 Realización individual do cuestionario (Documento 2.1) – comentarios, se procede.
- 2 Presentación dos obxectivos e contidos da sesión a partir dos comentarios que suscite o cuestionario e a viñeta (Documento 2.0).
- 3 Dramatización sobre os distintos estilos na toma de decisións con 4 alumnos ou alumnas (voluntarios ou elixidos) segundo as normas que se indican no Documento 2.2.
- 4 Exemplificación dunha estratexia de toma de decisións:
“Os problemas de Antón” (Documento 2.3).
- 5 Ídem con “Lola precisa axuda” (Documento 2.4) – *Esta actividade, no caso de que o tempo non sexa suficiente, pode ser realizada polo grupo individualmente nos seus domicilios e traela para a próxima sesión.*



Puntúa de 0 a 3, segundo o grao de certeza ou importancia que teñan para ti estas situacións.
(0 = NUNCA, 1 = ÁS VECES, 2 = BASTANTES VECES, 3 = SEMPRE).

• Nas miñas decisións importantes necesito moita axuda:

a) De meus pais b) Dos meus amigos ou amigas c) Dos profesores ou profesoras

- Síntome abatido cando tomo decisións importantes.
- Tomo as decisións moi condicionado polos demais.
- Necesito moita axuda para decidir nos asuntos importantes.
- Cústame manter con firmeza o que decidín no seu momento.
- Polo medo a fracasar, non tomo decisións importantes.
- A falta de confianza en min fai que non decida cando debo facelo.
- Temo decidir ás veces polo que dirán de min.
- Moitas veces non decido porque non teño suficiente información.
- Penso que non teño a madurez suficiente para tomar a maioría das decisións.
- Tendo a non decidir só polas consecuencias que se poden derivar.
- Moitas veces non decido porque me resulta máis sinxelo que outros o fagan por min.

Observacións (outros aspectos que desexo manifestar sobre o problema de decidir):

Suposto: *Es un alumno ou alumna que, chegado un fin de semana, tes que preparar un exame con moitos contidos para o luns. Estás condicionado/a por uns pais que non che deixan saír polas boas cando tes moito que estudar e por un grupo de amigos e amigas que te queren levar a un convite. A ti o que máis che gusta é saír co grupiño de sempre polas tardes, posto que non soportas estudar moitas horas seguidas.*

Para resolver esta problemática imos pensar en catro estilos diferentes para saír da situación, encarnados por catro alumnos ou alumnas que deberán interpretar o mellor posible cada un dos papeis, segundo as características que a continuación destacamos en cada personaxe:

- a) Estilo impulsivo:**
Toma as decisións de xeito rápido, sen reflexionar nin consultar, soamente pensando no que máis lle agrada nese momento e sen analizar as consecuencias que tal decisión pode traer.
- b) Estilo reflexivo:**
Pensa moito o que ten que facer, tratará de fixar un plano a seguir, buscará información, analizará alternativas e valorará as consecuencias das súas accións, aínda implicando a outras persoas no seu problema.
- c) Estilo dependente:**
Non decide por si mesmo, agarda que lle digan ou indiquen o que debe facer, fai todo buscando a aprobación dos demais e móvese polo “que dirán” e por “quedar ben” ante as outras persoas.
- d) Estilo autónomo:**
Decide independentemente doutras persoas (familiares, amigos) ou medios (prensa, televisión, ideoloxías...) cos que, en xeral é crítico e cos que poucas veces se identifica (o que non quere dicir que sexa a clásica persoa rebelde ou que lle guste levar a contra sistemáticamente).

Antón é un rapaz dunha familia de cinco membros: os pais e tres fillos. Antón ten unha irmá maior e un irmán pequerrecho. Entre outros deberes domésticos, o noso personaxe, ten o de coidar de seu irmán algúns fins de semana. No próximo que lle corresponde esta tarefa un grupo de amigos decidiron organizar unha excursión á que lle gustaría moito ir. Ten que dar resposta ós amigos nun período de dous ou tres días que se precisan para organiza-la excursión.

Estratexia de Antón:

① paso: **defini-lo problema:** *¿Qué debo facer para conseguir ir á excursión cando teño unhas obrigacións familiares importantes para ese fin de semana?*

② paso: establecer un **plano de acción** (planificar de xeito detallado os distintos pasos):

- *Analizo se teño posibilidades reais de asistir á excursión.*
- *Contemplan as distintas posibilidades que me puideran permitir facela.*
- *Valorar as vantaxes e inconvenientes de cada opción.*
- *Eliminar as menos convenientes.*
- *Elixir aquela que me resulte máis proveitosa.*

③ paso: contempla-las **posibilidades persoais**

- *Penso que meus pais mo permitirán se atopo a forma de que alguén atenda a meu irmán.*
- *Con miña irmá hai posibilidades de negociar, como fixen outras veces.*
- *Aínda me quedan os avós como último recurso, que non me fallarían.*
- *Estou disposto a negociar, aínda que perda algo pola miña parte.*
- *Polo anterior teño moitas posibilidades de poder ir á excursión.*

④ paso: **identificar alternativas:**

- *Pedir a meus pais que se fagan cargo de meu irmán ou busquen quen o faga.*
- *Negociar con miña irmá e cambiarlle por outro fin de semana.*
- *Convencer a meus avós para que veñan quedarse con el (aínda que viven algo lonxe).*
- *Resignarse a quedar na casa e procurar pasalo o mellor posible.*

⑤ paso: **consecuencias das alternativas anteriores**

- *Se llo pido a meus pais, que son algo ríxidos, dirán que teñen outros compromisos.*
- *Negociar con miña irmá supón que terei que perder máis do que me toca.*
- *Meus avós virían, pero hai que ir a 25 Km. por eles e volvelos levar.*
- *Quedarme na casa non o faría ante unha oportunidade de pasalo moi ben.*

⑥ paso: **eliminar alternativas** que non interesan

Elimino negociar cos maiores, polo complicado que resulta e o de quedarme na casa, que non soportaría.

⑦ paso: **decisión definitiva:**

Cambiarei a vez con miña irmá, compensarei con algo máis e pedirei ós meus pais que nos permitan facer o que estou proxectando.