

Toma de decisiones



Nuestras decisiones

Cuando se les pregunta a los chicos y chicas de vuestra edad acerca de las decisiones que toman habitualmente, muchos afirman que ellos no tienen que tomar decisiones. Sin embargo, si nos paramos a pensar, nos daremos cuenta de que esto no es así, ya que, a lo largo del día, todos debemos hacer frente a cientos de decisiones y solucionar problemas de escasa relevancia.

A medida que nos hacemos mayores, las decisiones que tenemos que tomar van adquiriendo cada vez más importancia, por lo que se requiere un mayor cuidado a la hora de decidir. Piensa sobre decisiones que hayas tenido que tomar recientemente y anótelas a continuación.

	Decisión	Importancia
1.		<input type="text"/>
2.		<input type="text"/>
3.		<input type="text"/>
4.		<input type="text"/>
5.		<input type="text"/>
6.		<input type="text"/>

El proceso de los cinco pasos para tomar decisiones y resolver problemas

Algunas personas tienen serios problemas a la hora de tomar sus decisiones porque no se paran a pensar suficientemente las cosas o por carecer de las habilidades necesarias para decidir responsablemente.

Aquí te presentamos un procedimiento para tomar decisiones o resolver problemas eficazmente.

1. DEFINE claramente el problema que se te plantea.

En este paso os debéis preguntar ¿Ante esta situación qué es exactamente lo que queréis lograr?.

2. Considera el mayor número de ALTERNATIVAS posibles

Se trata de pensar en las diferentes cosas que podéis hacer. Cuantas más alternativas se os ocurran, más posibilidades tendréis de escoger lo mejor.

3. Valora las CONSECUENCIAS de cada alternativa

Después de que ya no se os ocurran más alternativas, debes pensar en las consecuencias de cada una de ellas (las positivas y las negativas, tanto para ti como para otras personas). Para esto, muchas veces es necesario buscar información con la que no contamos en un principio.

4. ELIGE la mejor alternativa posible

Este paso consiste en comparar las consecuencias de cada alternativa y escoger la que te parezca más positiva.

5. LLÉVALA a cabo y COMPRUEBA si los resultados son satisfactorios

La decisión tomada puede no lograr los resultados esperados, por lo que se deben evaluar sus efectos para poder corregir aquellos aspectos que no os satisfagan.

Guía para tomar una decisión eficaz

Utiliza esta guía para practicar el proceso de cinco pasos para tomar decisiones.

SITUACIÓN: Una persona quiere empezar a hacer deporte, pero no tiene preferencias por ninguno en concreto.

1. ¿Qué quiero conseguir haciendo deporte?

2. ¿Qué deporte podría hacer para conseguir lo que quiero?. ¿Qué alternativas tengo?.

-
-
-
-
-
-

3. ¿Ventajas y desventajas de cada alternativa?.

Alternativas	Ventajas	Desventajas

4. ¿Qué alternativa parece más adecuada?

5. Puesta en marcha de la decisión.

SITUACIÓN:

1. Ante esta situación ¿Qué es lo que quiero conseguir?
2. ¿Qué podría hacer para conseguir lo que quiero?. ¿Qué alternativas tengo?
 -
 -
 -
 -
 -
 -
3. ¿Cuáles son las consecuencias que se pueden derivar de cada alternativa?. ¿Qué información necesito?

Alternativas	Ventajas	Desventajas

4. Vistas las consecuencias, ¿cuál es la mejor alternativa?
5. Puesta en marcha de la decisión.



SITUACIÓN:

1. Ante esta situación ¿Cuál es mi meta?. ¿Qué es lo que quiero conseguir?.

2. ¿Qué podría hacer para conseguir lo que quiero?. ¿Qué alternativas tengo?.

-
-
-
-
-
-

3. ¿Cuáles son las consecuencias que se pueden derivar de cada alternativa?. ¿Qué información necesito?.

Alternativas	Ventajas	Desventajas

4. Vistas las consecuencias, ¿cuál es la mejor alternativa?

5. Puesta en marcha de la decisión.

