

4.5

Mis decisiones basadas en experiencias previas

Introducción

Las **experiencias previas** favorecen a decidir de manera responsable porque significan una fuente de información muy valiosa que les muestra un panorama más amplio de lo que puede suceder si hacen determinadas elecciones. Es por ello que se sugiere enseñarles a no dejar el pasado como algo inservible, sino como un gran aliado del que pueden aprender para hacer elecciones que favorezca su crecimiento integral.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes examinen de qué manera las emociones, el contexto, los amigos, las experiencias previas y la sensibilidad a la inmediatez pueden favorecer u obstaculizar la toma responsable de decisiones.

¿Por qué es importante?

Porque así los estudiantes valoran sus experiencias previas como una fuente de información importante para tomar decisiones responsables.

Concepto clave

Experiencias previas

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Individual

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes a leer la introducción, la cita y *El reto es*.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo qué saben sobre las **experiencias previas**. Esto permitirá recuperar conocimientos anteriores e iniciar con las actividades de la variación.

7 min. Individual

Actividad 1

Lectura de la historia.

- Solicite que lean la historia de Rosaura y que la tomen de referencia para describir una situación que les haya sucedido y que les haya servido, como experiencia, para tomar decisiones más responsables. Deben reflexionar sobre: ¿qué les salió mal?

4.5

Mis decisiones basadas en experiencias previas

"Una espina de experiencia vale más que un bosque de advertencias".
James Russell Lowell.

El tiempo de Georgina para llamar al taxi se acertaba velozmente. Su madre insistía en que hablara de una vez, para no correr riesgos. No obstante, Georgina confiada le contestó que no se preocupara porque, en varias ocasiones, les había llamado hasta estar lista y siempre llegaban a tiempo. Argumento del cual se arrepintió poco después, al verse reprobada en el examen de Historia por llegar tarde ya que, en esa ocasión, el sitio de taxis no tenía unidades disponibles para pasar por ella en ese momento. ¿Alguna vez has recurrido a una **experiencia previa** que te ha obstaculizado al tomar una decisión responsable?
El reto es examinar de qué manera las emociones, el contexto, los amigos, las experiencias previas y la sensibilidad a la inmediatez pueden favorecer u obstaculizar la toma responsable de decisiones.

Actividad 1.
a. De manera individual, lee la historia y complementa el cuadro.
Rosaura se encontraba en su casa cuando detectó que tenía un lunar en su pierna que le sangraba, pero decidió no hacer nada por flojera de transportarse al médico. No fue sino hasta después de dos semanas que su entrenadora vio su pantorrilla y le dijo que era mejor que se checara ese lunar con el dermatólogo ya que no lo veía normal.
Rosaura acudió al médico quien le dijo que tenía que quitarle ese lunar porque podría ser cancerígeno. Ella y sus padres se asustaron mucho y al final todo salió bien, pero su desidia pudo haber resultado en un problema de salud más fuerte.
De esa experiencia Rosaura aprendió a cuidarse mejor y a tomar decisiones más responsables con su salud como mantenerse informada y pedirle a su madre que constantemente le revisara el cuerpo para que, en caso de encontrar alguna otra anomalía en su piel, puedan acudir velozmente al dermatólogo.
b. Tomando como base la historia de Rosaura, ahora te toca a ti. Describe una situación que te haya servido como experiencia, para que la siguiente vez tomaras una decisión responsable que contribuyera a tu bienestar.

Describe la situación.	
Preguntas	Respuestas
1 ¿Qué te salió mal?	
2 ¿Qué aprendiste de la experiencia previa?	
3 ¿Qué decidiste cambiar para la próxima vez?	

www.sems.gob.mx/construyet Toma responsable de decisiones | 1

¿qué aprendieron de la experiencia previa?, y ¿qué decidieron cambiar para la próxima ocasión que se presente una situación similar?

7 min. Parejas

Actividad 2

Reflexión.

- A partir de las reflexiones de la actividad 1, pida a los alumnos que en parejas compartan su apreciación respecto a si las experiencias previas favorecen u obstaculizan la toma responsable de decisiones.

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, puede comentar una conclusión breve o solicitar a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto clave

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones. En *¿Quieres saber más?* encontrarán la recomendación de leer el libro "Las 6 decisiones más importantes de tu vida" que brinda herramientas a los adolescentes para que tomen el timón de su

barco y aprendan a tomar decisiones acertadas y responsables en distintos temas como son qué estudiar, qué tipo de relación quieren tener con sus padres y sus amigos, cómo actuar en un noviazgo, qué hacer ante las drogas y el alcohol, entre otros.

Lección 4. Factores que favorecen u obstaculizan la toma responsable de decisiones Mis decisiones basadas en experiencias previas

Actividad 2.
a. En parejas, respondan:
• ¿Creen que las experiencias previas favorecen u obstaculizan la toma responsable de decisiones? ¿Por qué?

Reafirmo y ordeno
Aprender de vivencias previas te puede ayudar a favorecer la toma de decisiones responsables. Las experiencias pasadas son una fuente de aprendizaje que te pueden facilitar dar mejores respuestas a las dificultades presentes, pero para ello es importante que te detengas a reflexionar sobre lo vivido y que analices con qué herramientas cuentas para enfrentar las nuevas situaciones.

Escribe en un minuto que te llevas de la lección

Para tu vida diaria
Con tu familia, reflexiona sobre alguna elección que han hecho cada uno de ustedes o que hayan realizado en familia en la cual influyó una experiencia previa. También pueden analizar con qué herramientas cuentan ahora para tomar decisiones más responsables.

¿Quieres saber más?
Te recomendamos leer el libro "Las 6 decisiones más importantes de tu vida" cuyo autor es Sean Covey quien proporciona herramientas a los adolescentes para tomar el timón de su barco y aprender a tomar decisiones acertadas y responsables. Podrás ver un breve resumen del libro en la siguiente lga:
<https://d3s1b1z6yhbab-dooefront-net2/biblioteca/pdf/resenas/2f-c2%BF%20Saber%20lo%20mejor%20a%20des%20cent%20cu%20c%203%20A-1be%20om%20be%20e%20de-sones%20m%20e%20a%20mportantes%20de%20a%20d%20-%2068c.pdf>

CONCEPTO CLAVE
Experiencias previas. Se refiere a vivencias en las que reconocemos que actos o comportamientos ocasionan reacciones en uno mismo o en los otros para que en futuras ocasiones los replatamos, modifiquemos o eliminemos.

1. Covey, Sean. Las 6 decisiones más importantes de tu vida. Colección Educación y Familia, 2015.
2. Toma responsable de decisiones CONSTRUYE T www.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Usted, al ser mayor que los alumnos, tiene más experiencias en la vida las cuales puede utilizar en el aula para complementar y guiar los aprendizajes de los estudiantes. El aula es un laboratorio de experiencias pasadas, presentes y futuras, y es un excelente espacio para que los alumnos aprendan sobre la importancia de tomar en cuenta el pasado, ya que es justamente a través de las vivencias, que uno puede aceptar sus aciertos y sus fallos, para así, ajustar su comportamiento al contexto para tomar decisiones autónomas y responsables.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e Inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, (2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Evaluación de la lección

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

Rubro	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Al menos un 50% de los alumnos reflexionaron la manera en que las experiencias previas pueden favorecer u obstaculizar la toma responsable de sus decisiones.					
Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades.					
Se logró un ambiente de confianza en el grupo.					
¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades?					
Dificultades o áreas de oportunidad					
Observaciones o comentarios					