

# 7.1

## Nuestras prioridades y valores en la toma de decisiones

### Introducción

Un punto clave para la toma de decisiones es reconocer lo que es significativo para cada uno de nosotros. Saber lo que es importante ayuda a ir constituyendo criterios para poder dar forma a nuestra vida. Tomamos decisiones y éstas van acercándonos a las propias metas. Un punto fundamental para ir avanzando en el camino, como decía Nelson Mandela, es “voltear a ver nuestras esperanzas” y dejar que ellas se reflejen en aquello que decidimos.

### ¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes puedan establecer prioridades sobre sus metas, considerando su escala de valores y las posibles consecuencias de las decisiones que toman sobre su bienestar individual y colectivo.

### ¿Por qué es importante?

Porque permite explorar sus valores y sus prioridades para reconocer cómo influyen al momento de tomar decisiones.

### Concepto clave

Valores.

### Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

Opcional / Individual

### Un momento de atención y reflexión:

Poner atención a nuestra respiración por un minuto.

- Recuerde a los estudiantes los siguientes pasos.
  - Iniciar ajustando la postura: espalda erguida y cuerpo relajado.
  - Por un momento dirigimos toda nuestra atención a las sensaciones que provoca el aire al entrar y salir por nuestras fosas nasales.
  - Cualquier otro estímulo diferente a estas sensaciones (como sonidos, movimiento o incluso ideas que surjan) las identificamos como una distracción y las soltaremos muy suavemente.
  - Si se distraen, no se preocupen, es normal. Sólo suelten la distracción y regresen a la respiración.

1 min. Grupal

### Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de sus estudiantes a leer en voz alta la cita, la introducción y “El reto es”.
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión. Puede preguntar al grupo si saben qué son los valores. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

Genérica

# 7.1

## Nuestras prioridades y valores en la toma de decisiones

*“Que tus decisiones reflejen tus esperanzas, no tus miedos”.  
Nelson Mandela*

En la frase de esta variación Nelson Mandela nos da un consejo: “Que tus decisiones reflejen tus esperanzas” y quizás podrías agregarle “que reflejen tus gustos, intereses, talentos y metas”. Estos factores que definen tu identidad son lo que consideras importante, es decir, tus valores. Éstos influyen, al mismo tiempo, en la dirección que toman tus decisiones del día a día. ¿Qué es lo realmente importante para ti? ¿Cómo es que influye en las decisiones que tomas?

**El reto es** establecer prioridades sobre sus metas, considerando su escala de valores y las posibles consecuencias de las decisiones que toma sobre su bienestar individual y colectivo.

**Actividad 1:**  
Lee la siguiente historia.

Mi nombre es Mili. Es mi primer año en esta escuela y hasta el momento todo ha ido bien. En algunos descansos estoy con Alondra y Miguel, sentados en la bardita, sin platicar mucho. A veces siento que me ven como un “bicho medio raro”, pero hasta ahora no ha pasado nada, todo ha estado “en orden”. Esperaba que esta tranquilidad pudiera durar el resto del año, pero la semana pasada llegó Charly a la escuela. Alguien que se parece un poco a mí, somos diferentes, pero tenemos un tema muy parecido en la cabeza: en un mundo donde todo es azul o rosa, ¿qué pasa con el morado y con el resto de los colores? Es un tema que solo he platicado con mi perro y con mi hermana.



Charly tiene zapatos vistosos, mochila colorida, nada fuera de lo normal; sin embargo, he visto que llegan y le dicen cosas, que le agarran sus libros y los esconden... ya te imaginarás lo que sucede. Yo también lo imagino, el año pasado lo viví y quiero acercarme a Charly. Pero tengo miedo de volver a vivir eso, en estos momentos “estoy bien”. No sé cuánto pueda durar esta “calma” pues Alondra y Miguel han estado haciendo comentarios burlones... Yo hasta ahora no digo nada, solo hago como que quiero algo de la cafetería y me voy. Pero en realidad por dentro se desata un torbellino de

CONSTRUYE T [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)

Toma responsable de decisiones | 1

8 min. Grupal

### Actividad 1:

Invite a los estudiantes a que lean la historia. Puede sugerir que la lean en voz alta por turnos o de manera individual en silencio.

7 min. Individual

### Actividad 2:

En esta actividad se invita a los estudiantes a reflexionar acerca de las cosas que son importantes al estar en una situación parecida a la de la historia presentada, es decir, sus valores. El objetivo es que identifiquen qué sería significativo para ellos y los criterios posibles para darle forma a su decisión. Es fundamental que los estudiantes indaguen en lo que es importante para ellos y que identifiquen la forma en la cual estos valores influyen al momento tomar decisiones. Solicite que respondan las preguntas.

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, comente una conclusión breve o solicite a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

### Escribe en un minuto qué te llevas de esta 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.

Lección 7. Prioridades y valores

Nuestras prioridades y valores en la toma de decisiones

ansiedad, enojo, miedo e ira... quisiera que esto no fuera así, que las personas pudieran convivir sin que su seguridad estuviera en juego.  
Lo único que quiero hacer es sentarme con Charly, hacerle saber que me dan igual sus gustos, y que podríamos empezar una amistad. Me siento en medio de la situación: por un lado, quiero alejarme del bullying y no volver a lo que viví, y por otro, deseo sentarme con Charly y platicar.

Más abajo encontraras un recuadro donde puedes leer lo que es importante para Mili, y que podría darte algunas ideas de sus valores.

#### LO QUE ES IMPORTANTE PARA MILI:

- El bienestar tanto propio como el de los otros.
- Tener amigos y compartir el aprecio a los demás.
- Quiere aprender a acercarse a todas las personas.
- Libertad de ser quien eres, en un ambiente positivo.
- Algo que no soporta, son las burlas.
- Sentir que pertenece a un grupo.
- Tiene miedo de volver a vivir bullying.
- Considera que el bullying es un gran problema y que como estudiante puede hacer algo, como acercarse y tratar de unir a las personas.

#### Actividad 2:

Identifica qué otros valores son importantes al momento de tomar decisiones en tu día a día.

- ¿Cuáles son tus prioridades y qué valores? Anota a continuación o en tu cuaderno, al menos cuatro cosas importantes para ti y/o que sean parte de tus valores.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ¿Qué influencia tienen tus valores en las decisiones que tomas? Escribe un ejemplo.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2 Toma responsable de decisiones



CONSTRUYE T

www.sems.gob.mx/construyet

Lección 7. Prioridades y valores

Nuestras prioridades y valores en la toma de decisiones

#### Reafirmo y ordeno

Parte del proceso de tomar decisiones responsables, es tener en cuenta lo que es importante para ti. Constantemente buscamos guías para nuestro caminar, de modo que nuestras vidas vayan tomando el rumbo que nosotros queremos. Los valores nos sirven como criterios para actuar y tomar decisiones. "Tus esperanzas" pueden significar una gran diferencia, sobre todo cuando estás en medio de una decisión difícil.

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección



#### Para tu vida diaria

Piensa en alguna decisión importante que hayas tomado y reflexiona de qué manera lo que valores y tus prioridades influyeron en la dirección que tomó.

#### ¿Quieres saber más?

Una mañana cualquiera es una pequeña novela donde el personaje principal tiene que tomar distintas decisiones: el lector. Podrás leer la historia y tomar múltiples caminos, cada uno tendrá una consecuencia distinta. Para cada dilema al que te enfrentes se pondrán a prueba tus valores. La escritora jalisciense Tessie Solís, nos propone armar nuestra propia historia. Escribe en tu buscador "IEPC Una mañana cualquiera" y descarga el PDF, o entra en la siguiente dirección: <http://www.iepcjalisco.org.mx/ediciones-y-publicaciones/futuros-electores/una-manana-cualquiera>

#### Concepto Clave

**Valores.** Expresan formas de ser que son preferibles. Corresponden con nuestra capacidad de reconocer en las cosas, personas o acciones cualidades positivas y posteriormente preferirlas o estimularlas por encima de otras. Representan lo que es importante para cada uno de nosotros.<sup>1</sup>

1. Sagüel, L., Linares, J. y De la Garza, M. (2010). Ética y valores 01: enfoque por competencias. México: McGraw-Hill.



CONSTRUYE T

www.sems.gob.mx/construyet

Toma responsable de decisiones

3

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Le recomendamos hacer usted mismo el ejercicio para definir con precisión sus propios valores y lo que es importante para usted.

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 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 50% de los estudiantes identificaron sus propios valores y prioridades para la toma de 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.                                                                                |                          |               |         |            |                       |
|                                                                                                             |                          |               |         |            |                       |