

## 9.1

## ¿Sabes que sabes?

“Más sabe el diablo por viejo que por diablo”.  
Dicho popular

Imagina que te encuentras en una situación que ya te había ocurrido en el pasado, y que tienes **certeza** de decidir qué hacer, porque sientes seguridad al recordar claramente lo sucedido en aquella ocasión. El dicho popular con el cual abrimos esta variación habla precisamente de ello, hace referencia a que se sabe más por viejo, es decir, por las experiencias de las que vamos aprendiendo a lo largo de los años. Pero, ¿reconoces lo que ya aprendiste?, es decir, ¿sabes que sabes?

**El reto es** contrastar información relevante de diferentes fuentes, experiencias previas y redes de apoyo para facilitar la toma de decisiones ante diversas alternativas de acción.

## Actividad 1:

Sigue las siguientes instrucciones que te guiarán en una práctica para recapitular una decisión que hayas tomado en el pasado.

- 1 **Acomoda tu cuerpo:** Encuentra una postura cómoda, con la espalda erguida, los pies firmes en el piso, tus manos sobre las piernas, puedes hacer una revisión del cuerpo para relajarte, suelta cualquier tensión innecesaria.
- 2 **Siente tu cuerpo:** Siente lo que sucede en el cuerpo, puede ser que percibas la dureza de la silla en la cadera, la temperatura en tus manos, el vaivén de tu abdomen con la respiración, puede que tus hombros tengan un poco de tensión. Simplemente descansa.
- 3 **Recuerda una decisión que hayas tomado:** No es necesario que sea una decisión grande, o trascendente. Puede ser algo que hayas decidido cuyo impacto sea mediano. Por ejemplo, el asistir o no a un evento, fiesta, o bien elegir ayudar a alguna persona o grupo de personas. Cualquier decisión que venga a tu mente está bien. Trata de recordar los detalles de lo que decidiste, ¿qué fue lo que decidiste?, ¿había alguien más involucrado?, ¿estabas en algún lugar en especial?, ¿tenías otras opciones?
- 4 **¿Qué era lo que ya sabías?:** Identifica lo que ya sabías antes de tomar tu decisión, lo que conocías acerca de lo que estaba ocurriendo, ¿habías investigado o escuchado algo acerca de lo que estaba involucrado?
- 5 **Piensa en tu aprendizaje:** ¿Qué aprendiste?, ¿qué cosas nuevas conociste acerca de ti mismo o de ti misma?, ¿qué aprendiste del contexto?, ¿qué aprendiste del resultado?
- 6 **¿Qué te hubiera gustado saber?:** ¿Qué información hubiera sido útil saber antes de tomar esa decisión?, ¿qué consideras que hizo falta conocer acerca de la decisión que tomaste?, ¿notaste algún momento en el que hubiera incertidumbre?
- 7 **Ahora simplemente descansa y suelta cualquier esfuerzo mental.**

### Actividad 2

Escribe las ideas que surgieron al realizar la práctica anterior, el objetivo es que la información que tengas sea detallada y clara para que te ayude a darte cuenta de la experiencia que tienes.

¿Qué decisión tomaste?	<hr/> <hr/> <hr/>
¿Qué era lo que ya sabías?	<hr/> <hr/> <hr/>
¿Qué aprendiste de la decisión que tomaste?	<hr/> <hr/> <hr/>
¿Qué te hubiera gustado saber antes de tomar la decisión?	<hr/> <hr/> <hr/>
¿Dónde hubieras consultado o buscado información antes de tomar la decisión?	<hr/> <hr/> <hr/>

### Actividad 3

Comparte con el grupo tus respuestas.

## Reafirmo y ordeno

Reconocer la experiencia que tienes, la cual surge de tus vivencias del día a día, genera certeza para tomar decisiones. De esta forma, tus vivencias ayudan a ir tomando decisiones con menor incertidumbre y a tener mayor seguridad en lo que haces. También hay información que puedes obtener preguntando a otras personas, leyendo y buscando en distintas fuentes.

Escribe en un minuto  
qué te llevas de la lección



Handwritten-style yellow notepad with horizontal lines for writing.

### Para tu vida diaria

Durante la semana reflexiona qué decisiones vas tomando y qué aprendizajes te pueden ayudar en situaciones futuras.

### ¿Quieres saber más?

La información que tenemos de experiencias previas es importante. En el siguiente corto se muestra de manera muy divertida la importancia de la experiencia para la toma de decisiones, búscalo en tu navegador como “cocodrilo o trono” o entra en la siguiente dirección:

<https://www.youtube.com/watch?v=BBcKWF-eL9k>

### Concepto Clave

#### Certeza:

Conocimiento seguro y claro que se tiene de algo. Firme adhesión de la mente a algo conocible, sin temor de errar.<sup>1</sup>

1. Real Academia Española. (2017). *Diccionario de la lengua española*. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=8OPnJP9>. Consultado el 1 de octubre del 2018.