



Dimensión:

“Elijo, decido y quiero”**Para reflexionar...**

¿Cuántas veces los estudiantes realizan actividades sin motivación porque consideran que están obligados a hacerlas?

¿Cómo se pueden hacer responsables de las decisiones que toman y las acciones que realizan?

 Para trabajar
 con:
 Estudiantes
Nuestro objetivo:

Reconocer la responsabilidad de tomar nuestras decisiones.

 Tiempo de
 planeación:
 5 min.
Condiciones y materiales deseables:

Se sugiere realizarlo al inicio del semestre en horario de clase, durante una hora de tutoría o sesión con orientadores educativos. Se necesita hoja y bolígrafo.

 Duración
 estimada:
 20 min.
Paso a paso:

El docente comenta a los estudiantes “en muchas ocasiones de nuestra vida diaria sentimos que estamos atrapados frente a acciones que consideramos obligatorias. Cuando lo vemos de esta forma se siente como una imposición y muchas veces nos estamos contentos al hacer esas actividades”.

- El docente reparte hojas a los estudiantes y da las siguientes instrucciones:
 - “Escribe rápidamente diez frases en las que tengas que iniciar la oración con:
TENGO QUE...”
 - “Analiza tus frases anteriores y selecciona al menos cinco de ellas, que podrías iniciar de la siguiente forma:
ELIJO, DECIDO Y QUIERO...”
- El docente invita a la reflexión preguntando: ¿Qué sientes cuando debes hacer algo por obligación?, ¿qué sientes cuando haces un proyecto o actividad por convicción propia?, ¿el resultado es el mismo si haces una actividad por obligación o por convicción?

 Habilidades
 generales en
 entrenamiento


Toma responsable de decisiones

 Habilidades
 específicas en
 entrenamiento


Generación de opciones y consideración de consecuencias

Para terminar...

¿Cómo seré una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?

En todo momento estamos tomando decisiones, tú eres artífice de tu vida y de tu destino. Es mucho más fácil quejarse, que tomar las riendas y enfrentar las consecuencias de nuestra vida.



**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio
www.sems.gob.mx/construyet**

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.