



Tulare County Office of Education | Boletín CHOICES TUPE

GRADOS 5-12 | NÚMERO 12: 20 DE NOVIEMBRE DE 2020

Toma de decisiones

El programa CHOICES TUPE ayuda a los estudiantes a descubrir información y desarrollar habilidades para que puedan hacer una transición exitosa a través de importantes hitos de la vida. En este boletín, discutiremos formas de tomar mejores decisiones y las consecuencias de tomar malas decisiones.



Consejos para ayudar a tomar buenas decisiones

- Aclare sus pensamientos
- Sea claro sobre sus objetivos
- Establezca un cronograma al tomar decisiones importantes
- Recopilar información
- Escuche lo que le dicen sus instintos
- Exponga los hechos
- Sopesar los pros y los contras
- Considere las consecuencias de sus acciones
- Piense en cómo sus decisiones se alinearán con sus valores.



Consecuencias de las malas decisiones

- Puede comprometer su moral
- Puede que no obtenga lo que desea
- Puede dañar relaciones significativas
- Puede experimentar síntomas como ansiedad, angustia y culpa
- Es posible que tenga que experimentar las lecciones por las malas
- Podría enfrentar costos financieros

Siendo la influencia

Como líderes, es posible que no nos resulte fácil tener la capacidad de influir en los demás. Es algo en lo que tenemos que trabajar intencionalmente para crecer y mejorar. Podemos influir en los demás de forma positiva o negativa; la elección es nuestra. Aquí hay un acrónimo para recordar que puede ayudarlo a convertirse en una influencia más positiva.

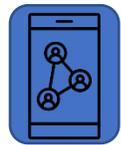
- T - Invita a la otra persona a DECIRLE su punto de vista
- L - ESCUCHE atentamente con el único propósito de comprender lo que están diciendo. Siente curiosidad por saber por qué ven las cosas de la forma en que las ven. Haga preguntas abiertas para generar una mayor comprensión.
- C - ACLARA lo que les escuchaste decir. Resuma sus puntos para asegurarse de que entendió claramente su perspectiva.

Una vez que haya aprendido su perspectiva, estarán más dispuestos a escuchar la suya. Una vez que tenga un punto de vista más unificado y objetivo, ambos pueden trabajar para generar resultados beneficiosos para todos.



Tomar la decisión correcta no siempre es fácil

Habrán momentos en los que se sienta presionado por la gente para hacer cosas que no desea hacer. Tenga en cuenta cuáles son sus objetivos y creencias personales y pregunte: "¿Esta elección me alejará o acercará más a mis objetivos?"



Consejo de la semana para las redes sociales

Las redes sociales pueden influir mucho en nuestra toma de decisiones. Siempre tenga en cuenta que los medios de comunicación pueden dar glamour o dar contenido engañoso y que es posible que no siempre tengan en cuenta sus mejores intereses.



Recursos

workplacematters.ca/three-easy-steps-to-positively-influence-others/

Recursos de video adicionales

youtube.com/watch?v=2tCYy66CyuQ

youtube.com/watch?v=pPIhAm_WGbQ

*"No base sus decisiones en los consejos de aquellos que no tienen que lidiar con los resultados".
- anónimo*



Website: tcoe.org/CHOICESNewsletter



Contact: 559-651-0155



Email: jeffl@tcoe.org



Tulare County
Office of Education

Tim A. Hire, County Superintendent of Schools