|  |
| --- |
| **1) DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA** |
| **Actividad: “¿ Qué pasaría si fueras tú ?”**  A los participantes se les presentan dilemas cotidianos y deben tomar una decisión analizando la situación a través de tres filtros: lógico, emocional y ético.  El objetivo es explorar cómo las personas toman decisiones y qué influye en su proceso de pensamiento. |

|  |
| --- |
| **2) OBJETIVOS DE LA HERRAMIENTA** |
| • Desarrollar un pensamiento estructurado al afrontar decisiones cotidianas.  • Identificar influencias emocionales, sociales o personales en la toma de decisiones.  • Fomentar decisiones conscientes, consistentes y responsables. |

|  |
| --- |
| **3) CONEXIÓN DE LA HERRAMIENTA CON LA HABILIDAD** |
| La toma de decisiones no se basa en el azar: está guiada por valores, autoconciencia y un proceso claro.  Esta actividad conecta la teoría y la práctica al revelar el equilibrio entre la lógica y la emoción detrás de cada decisión. |
| **4) RECURSOS MATERIALES** |
| • Tarjetas impresas con dilemas cotidianos (o leídas en voz alta)  • Papel y bolígrafos para tomar notas.  • Pizarra o rotafolio para compartir en grupo |

|  |
| --- |
| **5) CÓMO APLICAR LA HERRAMIENTA** |
| Presentar un dilema al grupo.  Pídeles a los participantes que discutan y analicen diferentes opciones utilizando tres filtros:   * Lógica: ¿Cuál es la solución más racional? * Emoción: ¿Cómo te sientes ante esta elección? * Ética: ¿Qué te parece justo o alineado con tus valores?   Cada grupo elige una opción y justifica su decisión.  Facilitar una discusión comparando las diferentes opciones y procesos de razonamiento. |

|  |
| --- |
| **6) QUÉ APRENDER** |
| Cada decisión determina los resultados y las relaciones.  Tomar decisiones conscientemente fortalece la confianza en uno mismo, la responsabilidad y la capacidad de pensar con claridad bajo presión, tanto en la vida personal como profesional. |

|  |
| --- |
| **7) MATERIALES EXTRA - ENLACES** |
| <https://www.mindtools.com/dmtool> |