



**TÍTULO**  
**DECISIONES PRECIPITADAS**

**AUDIOVISUAL**  
<http://hyperurl.co/q6s8mb>



**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**  
Autocontrol y Toma de decisiones

**ÁREA CURRICULAR**  
Lengua Castellana y Literatura, Educación Plástica, Visual y Audiovisual

**CONTEXTO ESCOLAR**  
Convivencia

**EDAD RECOMENDADA**  
De 14-16 años

**SINOPSIS**  
Ainhoa se ha embarcado con un grupo de alumnos como ella en una travesía en el barco -escuela Estrella Polar. Allí ha conocido a Gamboa, uno de los profesores, con un pasado y presente más que dudoso. Él le ha pedido que se vaya a vivir con él a su camarote, a lo que ella responde afirmativamente pese a las dudas que suscita en su amiga, que no ve con buenos ojos lo que está pasando.

**REFERENTE TEÓRICO:** Cuando tomamos decisiones precipitadas suele estar fallando el primero de los pasos en el proceso para llegar a una decisión inteligente: el autocontrol. Si no somos capaces de detenernos para pensar en los pros y contras de lo que tenemos delante, probablemente serán nuestros impulsos y no nuestra cabeza quienes tomen la decisión en nuestro nombre. De ahí la importancia de analizar lo fundamental de pararse a pensar antes de actuar.

**RAZÓN DE SER:** La secuencia audiovisual elegida para la actividad presenta una de las muchas situaciones que requieren de un adecuado proceso de toma de decisiones por su importancia y repercusión futura. Por ello, servirá de trampolín para poder trabajar con el alumnado las claves fundamentales para llegar a decisiones inteligentes.

**DESARROLLO**

**1ª Fase**

Se proyecta la secuencia hasta la finalización de la conversación de las dos amigas (antes introducimos la escena con los datos que se facilitan en la sección sinopsis). Se lanzan las siguientes preguntas:

- ¿Qué os ha parecido la conversación que habéis presenciado?
- ¿Qué opináis de la intervención de la amiga de Ainhoa?
- ¿Pensáis que ha manifestado suficiente tacto a la hora de decirle a Ainhoa lo que piensa de Gamboa?
- ¿Qué opináis de la reacción de Ainhoa...  
...en cuanto a no reconsiderar su propia postura sobre irse a vivir con un desconocido?  
...en cuanto a la forma de responderle a su amiga, mediante reproches?
- ¿Se está precipitando con esa decisión? ¿Por qué? (Por ilusión, sentirse más mayor, sentirse atractiva y halagada...)
- ¿Pensáis que, usando el autocontrol por parte de ambas, hubiera habido alguna manera diferente...  
...de decirse las cosas?  
...de responder a un consejo dado con poco tacto?

Se analizará la actuación de ambas por separado, considerando qué aspectos del autocontrol, en particular, están manejando mal y cómo podrían mejorar.

**2ª Fase**

Se planteará un debate acerca de esa filosofía que manifiesta la amiga de Ainhoa cuando dice que: Las amigas se dicen las verdades.

Se divide la clase en dos grupos: en función de lo que piense cada cual, pero si se ve que los equipos quedan muy desequilibrados numéricamente, puede hacerse una división aleatoria.

Se dejarán unos minutos para el debate, tratando de transmitir que una sinceridad sin autocontrol ni empatía puede herir. Dicho de otra forma, nuestra sinceridad no es mayor por el hecho de decir las cosas con poca delicadeza, sino que más bien pone de manifiesto nuestra falta de sensibilidad y abre las puertas para que la otra parte, dañada, también pueda y quiera mostrarse igual de sincera hacia nuestra forma de actuar, entrando así en una espiral de despropósitos que, lejos de construir, destruye las relaciones.

### 3ª Fase

El autocontrol es el primer paso para poder tomar una buena decisión. Cuando no nos damos el tiempo necesario para pensar bien lo que estamos haciendo, todo el proceso queda contaminado, ya que el resto de los pasos necesarios tampoco se producirán.

Ainhoa muestra falta de autocontrol en dos elementos fundamentalmente:

- La manera en la que responde a su amiga, cargada de reproches y actitudes defensivas que, si bien pueden ser ciertas en su contenido, pierden valor por la forma y el momento precipitado en que se plantean. Es cierto que su amiga probablemente no es tampoco una experta en autocontrol (de hecho, su personaje en la serie es tremendamente impulsivo), pero el hecho de que las demás personas se comporten de esta forma no resta importancia a que lo hagamos el resto, ambas partes estaríamos haciéndolo mal.
- En segundo lugar, Ainhoa desaprovecha la invitación que su amiga le brinda para que considere mejor, más tranquilamente, la decisión que está tomando de irse a vivir con alguien que no conoce. Lo que otras personas nos dicen o los consejos que a veces nos dan son una buena oportunidad, como mínimo, para detenerse y pensar si, quizá, hay algún elemento que se nos esté escapando y que no estemos considerando lo suficiente antes de decidir algo.

Se lanza la siguiente pregunta al grupo: ¿Qué otras formas, aparte de escuchar lo que otros opinan sobre lo que estamos haciendo, pueden servirnos para pararnos a pensar, que es en lo que consiste el autocontrol?

A través de una lluvia de ideas se irá tomando nota en la pizarra de los posibles trucos mencionados. Algunos ejemplos pueden ser:

- Tomarnos un tiempo sin decidir, sólo pensando. Podemos Incluso decirle a la otra persona que necesitamos un tiempo y que no podemos opinar en ese momento.

- Detener cualquier avance de la decisión mientras estemos tomando ese tiempo de reflexión. La diferencia con la anterior es de tipo práctico, porque no sólo es necesario no decidir, sino no también hacer, algo que a menudo nos cuesta trabajo. Por ejemplo, es recomendable dejar de hacer la maleta para mudarse a vivir con él si verdaderamente se está dando el tiempo de pensar.
- Valorar los posibles consejos que otras personas cercanas y que sabemos que nos quieren pueden estar dándonos al respecto. No significa que los vayamos a seguir necesariamente, pero sí que los escuchemos por si nos aportan algún aspecto interesante o importante que no hayamos considerado.
- Intentar distanciarnos emocional y psicológicamente de la cuestión, para poder verlo con más claridad. Es decir, dejar las emociones al lado por un momento y considerar lo que otras personas, menos implicadas que nosotros, podrían ver con más facilidad.

La actividad termina viendo la secuencia hasta el final, donde podrán observar como Ainhoa, que efectivamente se precipitó en su decisión, tiene que recular y reconocer que su amiga, aunque se lo había dicho con poco tacto, tenía razón al aconsejarle prudencia. Después del visionado se puede preguntar al alumnado: ¿Alguna vez os ha pasado esto?

### PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Se propone un ejercicio libre de tipo plástico o manual, en el que se pueda mostrar de forma visual qué sucede cuando tomamos decisiones sin autocontrol.

Por ejemplo, puede ilustrarse con una montaña de corcho blanco que decorarán convenientemente y cuyos alpinistas, si no actúan con cuidado antes de cada paso, pueden despeñarse. Puede hacerse una carretera en la que, de no tener cuidado, pueden provocar o sufrir un accidente. O quizá ejemplificarlo con una persona que, siendo rica al inicio de una secuencia de acontecimientos, por no valorar en qué se gastaba el dinero, termine perdiéndolo todo.

La manera gráfica que escojan para mostrar algunas de estas posibles situaciones es indiferente. Pero sí es condición indispensable que cada proyecto, individual o grupal según considere el profesorado, vaya acompañado de una frase que incite o anime al uso del autocontrol como forma habitual de conducta y, particularmente, en lo relacionado con las decisiones que tomamos.