

Decisiones y Consecuencias: Psicología de las Elecciones en Jóvenes Universitarios

Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | para estudiantes universitarios | 16 semanas

Descripción del Curso

Este curso explora en profundidad las consecuencias psicológicas, sociales y personales derivadas de las decisiones tomadas por jóvenes universitarios. A través de un enfoque interdisciplinario dentro de las ciencias sociales y la psicología, se analizan casos cotidianos y teorías relevantes que permiten comprender cómo cada elección impacta en la vida académica, social y emocional de los estudiantes. El curso está diseñado para estudiantes universitarios interesados en desarrollar una conciencia crítica sobre sus propias decisiones y las implicaciones que estas conllevan a corto y largo plazo.

Dirigido a jóvenes universitarios de diversas carreras, el curso utiliza metodologías activas como el análisis de casos, debates, reflexiones individuales y trabajos colaborativos para fomentar un aprendizaje significativo. Se promueve la participación crítica y la aplicación práctica de conceptos psicológicos para prevenir riesgos asociados a malas decisiones, potenciando así la toma de decisiones informada y responsable.

Al finalizar, los estudiantes serán capaces de identificar y evaluar las consecuencias de sus decisiones personales y académicas, reconocer factores internos y externos que influyen en su toma de decisiones, y aplicar estrategias para minimizar riesgos y promover un desarrollo integral saludable.

Objetivos Generales

- Analizar las consecuencias personales, sociales y académicas derivadas de las decisiones tomadas por jóvenes universitarios.
- Aplicar modelos y teorías psicológicas para comprender la dinámica de la toma de decisiones.
- Evaluar los factores que influyen en la toma de decisiones y su impacto en la vida universitaria.
- Desarrollar estrategias preventivas para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas.
- Fomentar la reflexión crítica y la responsabilidad en la toma de decisiones a través de ejemplos prácticos y casos reales.

Competencias

- Analizar críticamente las consecuencias psicológicas y sociales de las decisiones tomadas por jóvenes universitarios.
- Aplicar teorías psicológicas para interpretar comportamientos y resultados derivados de elecciones cotidianas.
- Identificar factores internos y externos que influyen en la toma de decisiones en contextos universitarios.

- Desarrollar habilidades para la toma de decisiones informadas y responsables que promuevan el bienestar personal y académico.
- Evaluar riesgos asociados a diversas decisiones y diseñar estrategias preventivas efectivas.
- Comunicar de manera clara y argumentada reflexiones sobre experiencias y estudios de casos relacionados con decisiones y sus consecuencias.

Requerimientos

- Conocimientos básicos de Psicología y Ciencias Sociales.
- Habilidades básicas en análisis crítico y reflexión.
- Acceso a materiales bibliográficos y digitales proporcionados durante el curso.
- Disposición para participar activamente en discusiones y trabajos en equipo.

Unidades del Curso

Unidad 1: Introducción a la Toma de Decisiones en Jóvenes Universitarios

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de definir los conceptos fundamentales de la toma de decisiones en el contexto universitario mediante la revisión de lecturas asignadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar la importancia de la toma de decisiones en la vida académica y personal de los jóvenes universitarios a través de la participación en discusiones grupales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de describir la estructura general del curso y sus objetivos mediante la elaboración de un resumen escrito.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar ejemplos básicos de decisiones comunes en la universidad para reconocer sus posibles consecuencias utilizando estudios de caso sencillos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de explicar la relación entre la toma de decisiones y su impacto en el bienestar personal y académico, evaluando situaciones presentadas en clase.

Contenidos Temáticos

1. Conceptos Fundamentales de la Toma de Decisiones

- Definición de toma de decisiones: explicación del proceso y sus componentes básicos.
- Factores que influyen en la toma de decisiones en jóvenes universitarios: aspectos personales, sociales, emocionales y contextuales.
- Diferencia entre decisiones rutinarias y decisiones complejas en el ámbito universitario.

2. Importancia de la Toma de Decisiones en la Vida Académica y Personal

- Impacto de las decisiones en el rendimiento académico y desarrollo personal.
- Relación entre la toma de decisiones y la construcción de la identidad universitaria.
- Consecuencias a corto y largo plazo de las decisiones tomadas durante la vida universitaria.

3. Estructura General del Curso y Objetivos

- Presentación del temario: resumen de unidades y temas principales.
- Objetivos generales y específicos del curso.
- Metodología de enseñanza y evaluación.

4. Análisis de Ejemplos Básicos de Decisiones Comunes en la Universidad

- Estudio de casos sencillos: selección de carrera, manejo del tiempo, participación en actividades extracurriculares.
- Identificación de consecuencias positivas y negativas derivadas de esas decisiones.
- Discusión sobre alternativas y posibles resultados.

5. Relación entre Toma de Decisiones y Bienestar Personal y Académico

- Concepto de bienestar integral: emocional, social y académico.
- Cómo las decisiones afectan el estrés, la motivación y la satisfacción personal.
- Evaluación de situaciones prácticas y su repercusión en el bienestar.

Actividades

Actividad 1: Lectura y Definición de Conceptos Clave

Objetivo: Definir los conceptos fundamentales de la toma de decisiones en el contexto universitario mediante la revisión de lecturas asignadas.

Descripción:

- Se asignará una lectura breve sobre los fundamentos de la toma de decisiones.
- Los estudiantes deberán identificar y subrayar definiciones clave y factores que influyen en la toma de decisiones.
- Posteriormente, en clase, se realizará una puesta en común para consolidar las definiciones y aclarar dudas.

Organización: Individual y discusión grupal.

Producto esperado: Lista escrita de conceptos fundamentales y factores influyentes.

Duración estimada: 1 hora.

Actividad 2: Debate sobre la Importancia de las Decisiones en la Vida Universitaria

Objetivo: Identificar la importancia de la toma de decisiones en la vida académica y personal mediante la participación en discusiones grupales.

Descripción:

- Formar grupos pequeños de 4-5 estudiantes.

- Cada grupo discutirá situaciones cotidianas donde las decisiones impactan la vida universitaria (ej. elección de materias, actividades sociales, hábitos de estudio).
- El grupo preparará un breve argumento sobre por qué estas decisiones son importantes para el desarrollo integral del estudiante.
- Presentación de conclusiones al resto de la clase.

Organización: Grupos pequeños.

Producto esperado: Argumentos escritos y presentación oral.

Duración estimada: 1.5 horas.

Actividad 3: Elaboración de un Resumen sobre la Estructura y Objetivos del Curso

Objetivo: Describir la estructura general del curso y sus objetivos mediante la elaboración de un resumen escrito.

Descripción:

- Se proporcionará a los estudiantes un esquema con la estructura y objetivos del curso.
- Los estudiantes redactarán un resumen personal que integre la información principal.
- En parejas, compartirán y compararán sus resúmenes para enriquecer el contenido.

Organización: Individual y trabajo en parejas.

Producto esperado: Resumen escrito.

Duración estimada: 1 hora.

Actividad 4: Análisis de Estudios de Caso sobre Decisiones Universitarias

Objetivo: Analizar ejemplos básicos de decisiones comunes para reconocer sus posibles consecuencias mediante estudios de caso sencillos.

Descripción:

- Se entregarán dos estudios de caso relacionados con decisiones frecuentes (por ejemplo: elegir entre dos materias optativas, decidir participar en un grupo estudiantil o trabajar a tiempo parcial).
- Grupos de 3-4 estudiantes discutirán las decisiones tomadas en los casos y listarán posibles consecuencias.
- Se elaborará un cuadro comparativo de decisiones y consecuencias.
- Se realizará una puesta en común para reflexionar sobre la toma de decisiones.

Organización: Grupos pequeños.

Producto esperado: Cuadro comparativo y exposición breve.

Duración estimada: 2 horas.

Actividad 5: Evaluación de Situaciones sobre Toma de Decisiones y Bienestar

Objetivo: Explicar la relación entre la toma de decisiones y su impacto en el bienestar personal y académico evaluando situaciones presentadas en clase.

Descripción:

- Se presentarán a los estudiantes varias situaciones hipotéticas relacionadas con decisiones que afectan el bienestar (ej. manejo del estrés por exámenes, balance entre estudios y vida social).
- Individualmente, los estudiantes analizarán cada situación y explicarán cómo las decisiones tomadas afectan el bienestar.
- Se compartirá en plenaria para discutir diferentes perspectivas y posibles estrategias para mejorar el bienestar a través de decisiones conscientes.

Organización: Individual y discusión grupal.

Producto esperado: Análisis escrito y participación en discusión.

Duración estimada: 1.5 horas.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre la toma de decisiones y su importancia en la vida universitaria.

Cómo se evalúa: Mediante un cuestionario breve con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre conceptos básicos y experiencias personales relacionadas con la toma de decisiones.

Instrumento sugerido: Cuestionario en línea o impreso al inicio de la unidad.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Participación activa en discusiones, calidad de los argumentos en debates y análisis de estudios de caso, así como la elaboración de resúmenes.

Cómo se evalúa: Observación directa, rúbrica para evaluar participación y calidad de productos escritos (resúmenes, cuadros comparativos).

Instrumento sugerido: Lista de cotejo y rúbrica de participación y producción escrita.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Comprensión integral de los conceptos fundamentales, capacidad de análisis de casos y explicación de la relación entre decisiones y bienestar.

Cómo se evalúa: Entrega de un ensayo o trabajo escrito donde el estudiante defina conceptos, analice casos y reflexione sobre el impacto de la toma de decisiones en su vida académica y personal.

Instrumento sugerido: Rúbrica de evaluación de ensayo escrita con criterios de claridad, profundidad, coherencia y reflexión personal.

Unidad 2: Bases Psicológicas de la Toma de Decisiones

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de explicar las principales teorías psicológicas relacionadas con la toma de decisiones en jóvenes universitarios, identificando sus componentes cognitivos y emocionales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar procesos cognitivos y emocionales involucrados en la toma de decisiones, aplicando modelos psicológicos a casos prácticos universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de comparar y evaluar diferentes enfoques teóricos sobre la toma de decisiones, argumentando su relevancia en contextos personales y académicos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar factores psicológicos que influyen en las decisiones de los jóvenes y proponer estrategias basadas en teorías psicológicas para mejorar la calidad de dichas decisiones.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Psicología de la Toma de Decisiones

- Concepto de toma de decisiones: definición y relevancia en jóvenes universitarios.
- Importancia de estudiar procesos psicológicos en la toma de decisiones.
- Contexto específico: decisiones académicas, personales y sociales en la juventud universitaria.

2. Principales Teorías Psicológicas de la Toma de Decisiones

- **Teoría del Procesamiento Dual**
 - Sistemas 1 y 2: proceso intuitivo versus proceso analítico.
 - Implicaciones en decisiones rápidas y reflexivas.
- **Teoría de la Utilidad Esperada**
 - Concepto de utilidad subjetiva y evaluación de alternativas.
 - Limitaciones en la aplicación práctica.
- **Teoría Prospectiva (Kahneman y Tversky)**
 - Aversiones a la pérdida y valor subjetivo.
 - Impacto de sesgos cognitivos en la toma de decisiones.
- **Modelo de Toma de Decisiones Emocional**
 - Rol de las emociones en la evaluación y elección.
 - Integración cognitivo-emocional en decisiones complejas.
- **Teoría del Comportamiento Planificado**
 - Componentes: actitudes, normas subjetivas y control percibido.
 - Aplicación en comportamientos voluntarios de jóvenes universitarios.

3. Procesos Cognitivos en la Toma de Decisiones

- Atención y percepción de la información relevante.

- Memoria y recuperación de experiencias previas.
- Razonamiento y resolución de problemas.
- Sesgos cognitivos comunes en jóvenes universitarios (anclaje, confirmación, exceso de confianza).

4. Procesos Emocionales en la Toma de Decisiones

- Funciones adaptativas de las emociones.
- Emociones positivas y negativas en la evaluación de opciones.
- Regulación emocional y su influencia en la calidad de la decisión.
- Ejemplos de decisiones influidas por estados emocionales en jóvenes.

5. Análisis y Aplicación de Modelos Psicológicos a Casos Prácticos

- Estudio de casos reales o simulados de decisiones universitarias (elección de carrera, manejo del tiempo, relaciones interpersonales).
- Identificación de componentes cognitivos y emocionales en cada caso.
- Aplicación de teorías para explicar y predecir resultados en las decisiones.

6. Comparación y Evaluación de Enfoques Teóricos

- Análisis crítico de fortalezas y limitaciones de cada teoría.
- Relevancia práctica en contextos personales y académicos.
- Integración de enfoques para comprensión holística de la toma de decisiones.

7. Factores Psicológicos Influyentes y Estrategias para Mejorar Decisiones

- Factores internos: creencias, motivaciones, autoestima.
- Factores externos: influencia social, contexto cultural y académico.
- Estrategias basadas en teorías para mejorar la calidad de decisiones (autoobservación, regulación emocional, enfoque analítico).
- Diseño de planes personales para la toma de decisiones informadas y conscientes.

Actividades

Actividad 1: Debate sobre Teorías Psicológicas de la Toma de Decisiones

Objetivo: Explicar y comparar las principales teorías psicológicas relacionadas con la toma de decisiones.

Descripción:

- Dividir a los estudiantes en grupos pequeños, asignando a cada grupo una teoría específica (Procesamiento Dual, Utilidad Esperada, Teoría Prospectiva, etc.).
- Cada grupo investiga y prepara una presentación breve que explique su teoría, destacando componentes cognitivos y emocionales.

- Se realiza un debate en clase donde cada grupo expone y defiende su teoría frente a preguntas del resto de los compañeros.
- Al final, se realiza una discusión guiada para comparar y evaluar las teorías presentadas.

Organización: Grupos pequeños (4-5 integrantes)

Producto esperado: Presentación oral y resumen escrito de la teoría asignada.

Duración estimada: 2 sesiones de 90 minutos

Actividad 2: Análisis de Caso Práctico Aplicando Modelos Psicológicos

Objetivo: Analizar procesos cognitivos y emocionales involucrados en la toma de decisiones aplicando modelos psicológicos a casos prácticos.

Descripción:

- Se presenta un caso detallado sobre una decisión universitaria (por ejemplo, elegir entre dos opciones de carrera o manejar un conflicto interpersonal).
- Los estudiantes, en parejas, identifican los procesos cognitivos y emocionales presentes en el caso.
- Aplican una teoría psicológica para explicar el comportamiento y posible resultado de la decisión.
- Proponen recomendaciones para mejorar la calidad de la decisión basada en la teoría seleccionada.

Organización: Parejas

Producto esperado: Informe escrito con análisis y propuestas.

Duración estimada: 1 sesión de 90 minutos

Actividad 3: Taller de Identificación y Regulación de Factores Psicológicos

Objetivo: Identificar factores psicológicos que influyen en las decisiones y proponer estrategias para mejorar la calidad de las mismas.

Descripción:

- Los estudiantes reflexionan individualmente sobre una decisión importante que hayan tomado recientemente.
- Identifican los factores internos y externos que influyeron en esa decisión.
- En grupos pequeños, comparten sus experiencias y discuten posibles estrategias basadas en teorías psicológicas para mejorar futuras decisiones.
- El docente guía la elaboración colectiva de un listado de estrategias prácticas para la toma de decisiones conscientes.

Organización: Individual con discusión en grupos pequeños

Producto esperado: Listado de factores identificados y estrategias propuestas, reflejado en un documento colaborativo.

Duración estimada: 1 sesión de 90 minutos

Actividad 4: Ensayo Crítico Comparativo sobre Enfoques Teóricos

Objetivo: Comparar y evaluar diferentes enfoques teóricos sobre la toma de decisiones, argumentando su relevancia en contextos personales y académicos.

Descripción:

- Los estudiantes escriben un ensayo individual que compare al menos dos teorías estudiadas, evaluando sus fortalezas, limitaciones y aplicaciones prácticas.
- El ensayo debe incluir ejemplos personales o académicos que ilustren la relevancia de cada enfoque.
- Se fomenta la argumentación crítica y el uso de fuentes académicas.

Organización: Individual

Producto esperado: Ensayo crítico de 1500-2000 palabras.

Duración estimada: Se asigna para trabajo autónomo con entrega en una semana

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre teorías psicológicas de toma de decisiones y percepción inicial del tema.

Cómo se evalúa: Cuestionario rápido con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre conceptos básicos.

Instrumento sugerido: Test en línea o papel con 10 preguntas, aplicado al inicio de la unidad.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en el entendimiento y aplicación de teorías, análisis crítico y habilidades de reflexión.

Cómo se evalúa:

- Observación y retroalimentación durante debates y talleres.
- Revisión de informes de análisis de casos con comentarios constructivos.
- Participación en discusiones grupales y aportes en documentos colaborativos.

Instrumento sugerido: Rúbricas para presentaciones, informes y participación en clase.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Dominio integral de los contenidos, capacidad de análisis crítico y aplicación práctica de teorías.

Cómo se evalúa: Ensayo crítico comparativo donde se evidencie comprensión profunda y argumentación sólida.

Instrumento sugerido: Rúbrica para ensayo con criterios de claridad, argumentación, uso de fuentes, aplicación teórica y redacción.

Unidad 3: Factores Internos que Influyen en las Decisiones

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir los principales factores internos como valores, creencias, personalidad y estado emocional que influyen en la toma de decisiones en jóvenes

universitarios.

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar cómo los factores internos afectan la calidad y consecuencias de las decisiones personales y académicas en el contexto universitario, utilizando ejemplos prácticos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la interacción entre factores emocionales y cognitivos en la toma de decisiones, aplicando modelos psicológicos relevantes para explicar esta dinámica.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar estrategias de autorreflexión y autoconocimiento para reconocer la influencia de sus propios factores internos en decisiones importantes durante su vida universitaria.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar un plan de acción personal que minimice el impacto negativo de factores internos como emociones intensas o creencias limitantes en la toma de decisiones académicas y sociales.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los Factores Internos en la Toma de Decisiones

- Definición de factores internos y su relevancia en la toma de decisiones.
- Diferenciación entre factores internos y externos en el proceso decisorio.
- Relevancia específica en jóvenes universitarios.

2. Valores y Creencias como Influencias Internas

- Concepto de valores: tipos y jerarquización personal.
- Creencias: definición y ejemplos comunes en el contexto universitario.
- Cómo los valores y creencias moldean las opciones y compromisos.
- Ejemplos prácticos de decisiones influenciadas por valores y creencias.

3. Personalidad y su Impacto en las Decisiones

- Definición y modelos básicos de personalidad (Big Five, TIPI).
- Rasgos de personalidad y estilos de toma de decisiones.
- Ejemplos de cómo rasgos como la impulsividad o la apertura afectan las elecciones.

4. Estado Emocional y su Influencia en la Toma de Decisiones

- Definición y tipos de estados emocionales relevantes (ansiedad, estrés, alegría, tristeza).
- El papel de las emociones en procesos cognitivos decisorios.
- Modelos psicológicos relevantes: Teoría del procesamiento dual, Modelo de toma de decisiones afectiva.
- Ejemplos prácticos en contextos universitarios.

5. Interacción entre Factores Emocionales y Cognitivos

- Explicación de cómo emociones y cogniciones se integran en la toma de decisiones.
- Modelos explicativos: Modelo de emociones de Lerner, teoría de la toma de decisiones dual.
- Impacto de esta interacción en la calidad y consecuencias de las decisiones.

6. Estrategias de Autorreflexión y Autoconocimiento para Mejorar Decisiones

- Importancia de la autorreflexión en la toma de decisiones.
- Técnicas para aumentar el autoconocimiento: diarios reflexivos, cuestionarios de personalidad, mindfulness.
- Ejercicios prácticos para identificar la influencia de factores internos propios.

7. Diseño de un Plan Personal para Minimizar Impactos Negativos

- Identificación de emociones intensas y creencias limitantes.
- Estrategias para gestionar emociones y cuestionar creencias limitantes.
- Elaboración de un plan de acción personal para la toma de decisiones académicas y sociales.
- Ejemplos y formatos para el diseño del plan.

Actividades

Actividad 1: Mapa Personal de Valores y Creencias

Objetivo: Contribuir al objetivo de identificar y describir valores y creencias personales.

Descripción:

- Los estudiantes listan al menos 10 valores y creencias que consideran importantes en su vida.
- Jerarquizan estos valores en orden de importancia.
- En parejas, discuten ejemplos concretos de decisiones pasadas influenciadas por esos valores y creencias.
- Finalmente, comparten reflexiones en un foro o con el grupo completo.

Organización: Individual y en parejas.

Producto esperado: Mapa personal escrito de valores y creencias con ejemplos y resumen de discusión.

Duración estimada: 60 minutos.

Actividad 2: Análisis de Caso sobre Personalidad y Toma de Decisiones

Objetivo: Analizar cómo la personalidad afecta la calidad y consecuencias de las decisiones.

Descripción:

- Se presenta un caso detallado de un estudiante universitario con perfil de personalidad específico.
- En grupos pequeños, analizan cómo los rasgos de personalidad del caso influyen en sus decisiones académicas y sociales.
- Proponen alternativas o estrategias para mejorar la toma de decisiones en función del perfil.
- Exponen conclusiones en plenaria.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes.

Producto esperado: Informe grupal con análisis y propuesta de estrategias.

Duración estimada: 90 minutos.

Actividad 3: Diario de Estados Emocionales y Decisiones

Objetivo: Aplicar estrategias de autorreflexión para reconocer la influencia del estado emocional.

Descripción:

- Durante una semana, los estudiantes registran diariamente su estado emocional y una decisión importante tomada ese día.
- Al final de la semana, redactan un análisis personal relacionando emociones y decisiones.
- Se realiza un taller para compartir aprendizajes y estrategias para gestionar emociones.

Organización: Individual y grupo grande para taller.

Producto esperado: Diario escrito y análisis personal; participación en taller.

Duración estimada: 1 semana para registro y 90 minutos para taller.

Actividad 4: Diseño del Plan Personal de Gestión de Factores Internos

Objetivo: Diseñar un plan personal para minimizar impactos negativos de factores internos en decisiones.

Descripción:

- Partiendo del autoconocimiento previo, los estudiantes identifican emociones intensas y creencias limitantes propias.
- Formulan estrategias concretas para gestionarlas y mejorar la calidad de sus decisiones.
- Construyen un plan de acción personal escrito con metas, actividades y recursos.
- Presentan su plan a un compañero para retroalimentación y ajustes.

Organización: Individual y en parejas para retroalimentación.

Producto esperado: Plan personal escrito y versión revisada tras retroalimentación.

Duración estimada: 120 minutos.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre factores internos y su influencia en la toma de decisiones.

Cómo se evalúa: Cuestionario breve con preguntas abiertas y de selección múltiple sobre valores, creencias, personalidad y emociones.

Instrumento sugerido: Test en línea o en papel con 10-15 preguntas.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en la comprensión, análisis y aplicación de conceptos sobre factores internos y toma de decisiones.

Cómo se evalúa:

- Revisión de productos de actividades (mapa de valores, análisis de caso, diario emocional).
- Participación en discusiones y talleres.
- Retroalimentación continua del docente durante actividades grupales e individuales.

Instrumento sugerido: Rúbricas para evaluación de trabajos escritos y observación directa.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad para integrar conocimientos y habilidades para diseñar un plan personal que minimice impactos negativos de factores internos en la toma de decisiones.

Cómo se evalúa: Presentación y entrega del plan personal de acción, incluyendo justificación teórica y estrategias concretas.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada que valore contenido, aplicabilidad, reflexión crítica y presentación.

Unidad 4: Factores Externos y Contextuales

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir el impacto de la familia, amigos, cultura y entorno académico en las decisiones de los jóvenes universitarios mediante análisis de casos reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar cómo los factores externos y contextuales influyen en la dinámica de la toma de decisiones aplicando modelos psicológicos relevantes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la relación entre las influencias sociales y culturales y las consecuencias personales, sociales y académicas derivadas de las decisiones, utilizando criterios basados en evidencia empírica.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar estrategias preventivas que consideren factores externos para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas en el contexto universitario.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reflexionar críticamente sobre su propio entorno social y cultural y su impacto en la toma de decisiones, mediante la elaboración de un ensayo argumentativo fundamentado en teorías psicológicas.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los factores externos y contextuales en la toma de decisiones

- Definición y relevancia de los factores externos y contextuales.
- Panorama general de la influencia familiar, social, cultural y académica en jóvenes universitarios.
- Breve introducción a modelos psicológicos aplicados a la toma de decisiones.

2. Impacto de la familia en las decisiones de jóvenes universitarios

- Roles familiares y estilos de crianza: autoritario, permisivo, democrático y negligente.
- Expectativas familiares y su influencia en elecciones académicas y personales.
- Casos reales: análisis de decisiones influenciadas por la familia.

3. Influencia de los amigos y grupos sociales

- Concepto de presión social y conformidad en el ámbito universitario.
- Redes de apoyo social y su impacto en la toma de decisiones.
- Dinámicas de grupo y su efecto en elecciones de comportamiento y valores.
- Estudio de casos sobre decisiones mediadas por amistades.

4. Cultura y entorno académico como factores contextuales

- Definición y componentes de la cultura universitaria.
- Normas, valores y creencias culturales que moldean la toma de decisiones.
- Entorno académico: influencia de profesores, estructura curricular y políticas institucionales.
- Análisis de casos de influencia cultural y académica en decisiones universitarias.

5. Modelos psicológicos aplicados al análisis de factores externos en la toma de decisiones

- Modelo de influencia social y toma de decisiones (Asch, Festinger).
- Teoría del aprendizaje social de Bandura.
- Modelo de toma de decisiones basada en valores y normas sociales.
- Aplicación práctica de estos modelos a casos reales.

6. Evaluación de consecuencias derivadas de decisiones influenciadas por factores externos

- Consecuencias personales: bienestar, autoestima y salud mental.
- Impacto social: relaciones interpersonales y redes de apoyo.
- Consecuencias académicas: rendimiento, abandono y elección de carrera.
- Uso de evidencia empírica para evaluar estas relaciones.

7. Diseño de estrategias preventivas para minimizar riesgos en la toma de decisiones

- Identificación de riesgos asociados a influencias externas negativas.
- Estrategias educativas y de intervención basadas en evidencia.
- Rol del apoyo institucional y comunitario.
- Ejemplos prácticos de planes preventivos en contextos universitarios.

8. Reflexión crítica sobre el propio entorno social y cultural

- Metodologías para la autoevaluación del impacto del entorno.

- Elaboración de ensayos argumentativos fundamentados en teorías psicológicas.
- Integración de la reflexión personal con el análisis teórico y empírico.

Actividades

Actividad 1: Análisis de casos reales sobre influencia familiar y social

Objetivo: Identificar y describir el impacto de la familia y amigos en decisiones de jóvenes universitarios.

Descripción paso a paso:

- El docente presenta 3 casos reales breves donde la familia y amigos influyeron en una decisión universitaria.
- En grupos de 4, los estudiantes leen y discuten cada caso.
- Identifican y anotan los factores externos presentes y describen cómo influyeron en la decisión.
- Presentan un resumen oral y escrito con sus conclusiones al grupo clase.

Organización: Grupos pequeños

Producto esperado: Resumen escrito y presentación oral de análisis de casos.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 2: Aplicación de modelos psicológicos a la toma de decisiones influenciadas

Objetivo: Analizar la influencia de factores externos aplicando modelos psicológicos relevantes.

Descripción paso a paso:

- El docente explica brevemente los modelos psicológicos (Asch, Bandura, etc.).
- Individualmente, cada estudiante selecciona un caso de la actividad anterior o uno nuevo proporcionado.
- Elabora un análisis escrito aplicando un modelo psicológico para explicar la dinámica de la toma de decisiones.
- Se realiza una sesión de retroalimentación en parejas para discutir los análisis.

Organización: Individual con discusión en parejas

Producto esperado: Documento escrito con análisis aplicado y reflexión en pareja.

Duración estimada: 2 horas

Actividad 3: Evaluación de consecuencias y diseño de estrategias preventivas

Objetivo: Evaluar la relación entre influencias externas y consecuencias; diseñar estrategias preventivas.

Descripción paso a paso:

- En grupos de 5, los estudiantes seleccionan una influencia externa (familia, amigos, cultura o entorno académico).
- Analizan posibles consecuencias personales, sociales y académicas derivadas de decisiones influenciadas por ese factor.
- Diseñan una estrategia preventiva práctica para minimizar riesgos asociados.
- Presentan su estrategia en un taller de discusión con feedback del docente y compañeros.

Organización: Grupos pequeños

Producto esperado: Informe grupal y presentación de estrategia preventiva.

Duración estimada: 2 horas

Actividad 4: Ensayo argumentativo de reflexión crítica personal

Objetivo: Reflexionar críticamente sobre el propio entorno social y cultural y su impacto en la toma de decisiones.

Descripción paso a paso:

- El docente orienta sobre estructura y fuentes teóricas para ensayos argumentativos basados en teorías psicológicas.
- Cada estudiante elabora un ensayo individual donde analiza su entorno social y cultural, identificando influencias en sus decisiones.
- Se organiza una sesión opcional de revisión por pares para recibir retroalimentación.
- Entrega final del ensayo para evaluación.

Organización: Individual

Producto esperado: Ensayo argumentativo escrito.

Duración estimada: 1 semana (incluye tiempo de redacción y revisión)

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre factores externos que influyen en la toma de decisiones.

Cómo se evalúa: Cuestionario breve de opción múltiple y preguntas abiertas iniciales.

Instrumento sugerido: Test diagnóstico digital o en papel con preguntas sobre familia, amigos, cultura y modelos psicológicos básicos.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en el análisis de casos, aplicación de modelos, diseño de estrategias y reflexión crítica.

Cómo se evalúa: Observación y retroalimentación continua durante actividades grupales e individuales, revisión de productos parciales.

Instrumento sugerido: Rúbricas específicas para análisis de casos, aplicación de modelos, diseño de estrategias y calidad del ensayo.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Competencias integrales logradas según los objetivos de la unidad.

Cómo se evalúa: Evaluación final basada en un portafolio que incluya análisis de casos, aplicación de modelos, informe de estrategias y ensayo argumentativo.

Instrumento sugerido: Rúbrica integral para portafolio que valore comprensión, análisis, aplicación, diseño y reflexión crítica.

Unidad 5: Consecuencias Psicológicas de las Decisiones

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar los efectos emocionales positivos y negativos derivados de decisiones específicas tomadas por jóvenes universitarios, utilizando ejemplos de casos reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar las repercusiones psicológicas a corto y largo plazo de diferentes tipos de decisiones en el ámbito personal y académico, aplicando teorías psicológicas pertinentes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir los mecanismos psicológicos que influyen en la percepción y el afrontamiento de las consecuencias de las decisiones.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar estrategias preventivas basadas en modelos psicológicos para minimizar los efectos negativos de decisiones erróneas en la vida universitaria.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reflexionar críticamente sobre casos prácticos, evaluando la responsabilidad personal en la toma de decisiones y sus consecuencias psicológicas.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a las Consecuencias Psicológicas de las Decisiones

- Definición y alcance de las consecuencias psicológicas en el contexto universitario.
- Importancia del estudio de las emociones y efectos psicológicos derivados de decisiones.

2. Efectos Emocionales Positivos y Negativos de las Decisiones en Jóvenes Universitarios

- Clasificación de efectos emocionales: satisfacción, orgullo, ansiedad, culpa, arrepentimiento.
- Análisis de casos reales: decisiones académicas, sociales y personales.
- Factores que amplifican o mitigan las reacciones emocionales.

3. Repercusiones Psicológicas a Corto y Largo Plazo

- Impacto inmediato vs. consecuencias diferidas en el tiempo.
- Ámbito personal: autoestima, estrés, autoconcepto.
- Ámbito académico: motivación, rendimiento, burnout.
- Aplicación de teorías psicológicas relevantes: teoría del estrés y afrontamiento, teoría del aprendizaje social, teoría de la autodeterminación.

4. Mecanismos Psicológicos en la Percepción y Afrontamiento de Consecuencias

- Mecanismos cognitivos: reestructuración cognitiva, disonancia cognitiva.
- Mecanismos emocionales: regulación emocional, resiliencia.
- Estrategias de afrontamiento: evitación, confrontación, apoyo social.
- Influencia del contexto social y cultural en la percepción de consecuencias.

5. Estrategias Preventivas para Minimizar Efectos Negativos

- Modelos psicológicos de prevención y promoción del bienestar (modelo biopsicosocial, modelo de autoeficacia).
- Técnicas específicas: toma de decisiones informada, mindfulness, planificación estratégica.
- Intervenciones universitarias: asesoría psicológica, talleres de habilidades socioemocionales.

6. Reflexión Crítica y Responsabilidad Personal en la Toma de Decisiones

- Análisis crítico de casos prácticos: identificación de errores y aciertos.
- Concepto de responsabilidad personal y autonomía en la toma de decisiones.
- Relación entre responsabilidad y consecuencias psicológicas.
- Desarrollo de un plan personal para la toma de decisiones conscientes y saludables.

Actividades

Actividad 1: Análisis de Casos Reales

Objetivo: Analizar los efectos emocionales positivos y negativos derivados de decisiones específicas tomadas por jóvenes universitarios.

Descripción:

- El docente presentará 3 casos reales (breves relatos) de decisiones tomadas por estudiantes universitarios y sus consecuencias emocionales.
- Los estudiantes, en grupos de 3-4, identificarán y clasificarán los efectos emocionales observados en cada caso.
- Discutirán en grupo cómo esos efectos podrían influir en el bienestar general del joven.
- Finalmente, cada grupo presentará un resumen y conclusiones al resto de la clase.

Organización: Grupos pequeños

Producto esperado: Mapa conceptual o cuadro comparativo de efectos emocionales por caso.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 2: Aplicación de Teorías Psicológicas

Objetivo: Evaluar las repercusiones psicológicas a corto y largo plazo de diferentes decisiones aplicando teorías psicológicas.

Descripción:

- El docente explicará brevemente las teorías psicológicas relevantes para la unidad.
- Individualmente, los estudiantes elegirán una decisión académica o personal y describirán sus posibles consecuencias a corto y largo plazo.
- Aplicarán al menos dos teorías para explicar dichas repercusiones.
- Compartirán sus análisis en parejas para recibir retroalimentación.

Organización: Individual y parejas

Producto esperado: Ensayo corto o informe escrito con análisis teórico.

Duración estimada: 120 minutos

Actividad 3: Taller de Estrategias Preventivas y Afrontamiento

Objetivo: Aplicar estrategias basadas en modelos psicológicos para minimizar efectos negativos de decisiones erróneas.

Descripción:

- El docente presentará distintos modelos y técnicas preventivas.
- En grupos, los estudiantes escogerán un escenario de decisión errónea común en la vida universitaria.
- Diseñarán un plan estratégico que incluya técnicas de afrontamiento y prevención.
- Simularán un role-play utilizando el plan diseñado para practicar la aplicación de las estrategias.

Organización: Grupos

Producto esperado: Plan preventivo escrito y presentación de role-play.

Duración estimada: 150 minutos

Actividad 4: Reflexión Crítica y Plan Personal de Responsabilidad

Objetivo: Reflexionar críticamente sobre casos prácticos y evaluar la responsabilidad personal en la toma de decisiones.

Descripción:

- Se presentará un caso complejo que involucre decisiones con consecuencias psicológicas significativas.
- De manera individual, cada estudiante redactará un análisis crítico, identificando responsabilidades y proponiendo alternativas.
- El estudiante elaborará un plan personal para mejorar su toma de decisiones y manejo de consecuencias.
- En foro virtual o presencial, compartirán voluntariamente sus reflexiones para enriquecimiento colectivo.

Organización: Individual y foro grupal

Producto esperado: Ensayo reflexivo y plan personal escrito.

Duración estimada: 90 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre efectos emocionales y psicológicos de decisiones.

Cómo se evalúa: Cuestionario breve con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre conceptos básicos y experiencias personales.

Instrumento sugerido: Test diagnóstico en plataforma digital o impreso.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en el análisis teórico, aplicación de modelos y reflexión crítica durante las actividades.

Cómo se evalúa: Observación del desempeño en actividades grupales e individuales, revisión de productos parciales, participación en discusiones y retroalimentación continua.

Instrumento sugerido: Rúbricas para actividades, listas de cotejo para participación y retroalimentación escrita.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Comprensión integral y aplicación de contenidos: análisis de consecuencias, uso de teorías, estrategias preventivas y reflexión personal.

Cómo se evalúa: Trabajo final que incluya un análisis de caso real o hipotético, aplicación de teorías, desarrollo de un plan preventivo y reflexión crítica personal.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada para el trabajo final, considerando claridad, profundidad, fundamentación teórica y creatividad.

Unidad 6: Consecuencias Sociales y Académicas

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar el impacto de las decisiones personales en las relaciones interpersonales dentro del entorno universitario mediante el estudio de casos reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar cómo las decisiones afectan el rendimiento académico utilizando modelos psicológicos aplicados a situaciones comunes en jóvenes universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar las consecuencias sociales derivadas de elecciones erróneas y proponer estrategias para mejorar la integración social en el contexto universitario.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar teorías psicológicas para interpretar la relación entre toma de decisiones y su influencia en la vida académica y social de los estudiantes universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de desarrollar un plan de acción preventivo que minimice los riesgos asociados a decisiones inapropiadas en el ámbito social y académico.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a las consecuencias de las decisiones en el ámbito universitario

- Definición y relevancia de la toma de decisiones en jóvenes universitarios
- Contextualización de las decisiones personales y sus ámbitos de influencia
- Marco general de consecuencias sociales y académicas

2. Impacto de las decisiones personales en las relaciones interpersonales universitarias

- Tipos de decisiones que afectan las relaciones interpersonales (amistad, pareja, profesores, compañeros)
- Análisis de casos reales sobre decisiones y su repercusión en relaciones sociales

- Factores psicológicos que medían el impacto social de las decisiones

3. Influencia de las decisiones en el rendimiento académico

- Modelos psicológicos aplicados a la toma de decisiones y rendimiento (Teoría del autocontrol, Modelo de Expectativa-Valor, Teoría del Aprendizaje Social)
- Decisiones comunes que afectan el rendimiento: manejo del tiempo, procrastinación, prioridades académicas y personales
- Estudio de situaciones reales y análisis crítico del impacto académico

4. Consecuencias sociales derivadas de elecciones erróneas y estrategias para mejorar la integración social

- Identificación de consecuencias sociales negativas: aislamiento, conflictos, estigmatización
- Estrategias psicológicas y sociales para la reintegración y mejora de relaciones
- Rol de la comunicación efectiva y la empatía en la resolución de conflictos sociales

5. Aplicación de teorías psicológicas en la interpretación de la relación decisión-vida académica y social

- Teoría del Comportamiento Planeado y su relación con decisiones en contextos universitarios
- Teoría del Desarrollo Moral y toma de decisiones éticas
- Modelo de Procesamiento Dual (Sistema 1 y Sistema 2) aplicado a elecciones cotidianas

6. Diseño de un plan de acción preventivo para minimizar riesgos por decisiones inapropiadas

- Identificación de riesgos sociales y académicos vinculados a decisiones
- Elementos clave para la elaboración de planes preventivos (autoobservación, establecimiento de metas, manejo de emociones)
- Ejemplos prácticos y guías para el desarrollo de un plan personal o grupal

Actividades

1. Análisis de casos reales sobre decisiones y relaciones interpersonales

Objetivo: Analizar el impacto de las decisiones personales en las relaciones interpersonales dentro del entorno universitario.

Descripción:

- Se entrega a los estudiantes varios casos reales documentados de decisiones tomadas por jóvenes universitarios que afectaron sus relaciones sociales.
- En grupos de 3-4 personas, los estudiantes leen y discuten cada caso, identificando las decisiones, sus consecuencias sociales y posibles alternativas.

- Cada grupo presenta un análisis crítico de un caso, señalando aprendizajes y estrategias para evitar consecuencias negativas.

Organización: Grupos

Producto esperado: Presentación oral o escrita con análisis de casos y propuestas de mejora.

Duración: 2 horas

2. Evaluación del impacto de decisiones en el rendimiento académico mediante modelos psicológicos

Objetivo: Evaluar cómo las decisiones afectan el rendimiento académico utilizando modelos psicológicos.

Descripción:

- Introducción breve a modelos psicológicos relevantes (autocontrol, expectativa-valor, aprendizaje social).
- Individualmente, los estudiantes seleccionan una situación académica común y describen cómo una decisión específica impacta el rendimiento.
- Aplican al menos un modelo psicológico para explicar el impacto y proponen una estrategia para mejorar la decisión.
- Discusión en parejas para comparar y enriquecer análisis.

Organización: Individual y parejas

Producto esperado: Informe breve con aplicación teórica y propuesta de mejora.

Duración: 1.5 horas

3. Taller para identificar consecuencias sociales erróneas y diseñar estrategias de integración

Objetivo: Identificar consecuencias sociales derivadas de elecciones erróneas y proponer estrategias para mejorar la integración social.

Descripción:

- Se realiza una lluvia de ideas guiada sobre consecuencias sociales negativas observadas en el campus.
- En grupos pequeños, los estudiantes eligen una consecuencia y diseñan una estrategia concreta para mejorar la integración social.
- Se comparten las propuestas y se discuten posibles mejoras.

Organización: Grupos

Producto esperado: Documento con estrategias de integración social y plan de acción.

Duración: 2 horas

4. Elaboración de un plan de acción preventivo personal

Objetivo: Desarrollar un plan de acción preventivo que minimice riesgos asociados a decisiones inapropiadas.

Descripción:

- Se proporciona una plantilla para elaborar un plan personal que incluya identificación de riesgos, metas, acciones preventivas y seguimiento.
- Individualmente, cada estudiante completa su plan considerando su contexto académico y social.
- Se fomenta la reflexión personal y se promueve compartir voluntariamente el plan para retroalimentación.

Organización: Individual

Producto esperado: Plan de acción preventivo escrito.

Duración: 1.5 horas

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre la influencia de las decisiones en ámbitos social y académico, y percepción personal sobre consecuencias.

Cómo se evalúa: Cuestionario inicial con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre experiencias y conceptos básicos.

Instrumento sugerido: Encuesta digital o papel con 10 preguntas breves. Duración aproximada 20 minutos.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en análisis crítico, aplicación de teorías psicológicas, capacidad para diseñar estrategias y planes preventivos.

Cómo se evalúa: Revisión continua de productos parciales (análisis de casos, informes, propuestas de estrategia, planes de acción) con retroalimentación escrita y oral.

Instrumento sugerido: Rúbricas específicas para cada actividad que valoran comprensión, aplicación, creatividad y pertinencia.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Integración de conocimientos y habilidades para analizar, evaluar, identificar y aplicar teorías y planes preventivos sobre consecuencias sociales y académicas.

Cómo se evalúa: Examen escrito o proyecto final que incluya un estudio de caso, análisis teórico, propuesta de estrategias y plan preventivo integral.

Instrumento sugerido: Examen tipo ensayo o proyecto con rúbrica detallada que valore profundidad, coherencia, aplicación teórica y originalidad.

Unidad 7: Riesgos Asociados a Decisiones Inadecuadas

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar los principales riesgos personales, sociales y académicos asociados a decisiones inadecuadas en jóvenes universitarios mediante el análisis de casos reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de explicar la relación entre estrés, adicciones, conflictos y fracaso académico con decisiones erróneas, aplicando teorías psicológicas pertinentes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar situaciones específicas en las que las decisiones inadecuadas generan consecuencias negativas, utilizando criterios basados en evidencia académica.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar estrategias preventivas fundamentadas en modelos psicológicos para minimizar los riesgos derivados de decisiones inapropiadas en el contexto universitario.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reflexionar críticamente sobre sus propias decisiones y las de sus pares, proponiendo alternativas responsables y fundamentadas en la comprensión de los riesgos identificados.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los riesgos asociados a decisiones inadecuadas en jóvenes universitarios

- Conceptualización de decisiones inadecuadas: definición y características.
- Contexto universitario: factores que influyen en la toma de decisiones en jóvenes.
- Importancia de identificar riesgos para el bienestar personal, social y académico.

2. Principales riesgos personales vinculados a decisiones inadecuadas

- Estrés: causas, manifestaciones y consecuencias en estudiantes universitarios.
- Adicciones: tipos comunes (alcohol, drogas, tecnología) y su relación con decisiones erróneas.
- Impacto psicológico y físico de las decisiones inapropiadas en la salud personal.

3. Riesgos sociales derivados de decisiones inadecuadas

- Conflictos interpersonales: origen, evolución y efectos en el entorno universitario.
- Problemas de convivencia y redes sociales: aislamiento, exclusión y violencia.
- Implicaciones para el desarrollo de habilidades sociales y la integración comunitaria.

4. Riesgos académicos vinculados a decisiones erróneas

- Fracaso académico: causas directas e indirectas relacionadas con malas decisiones.
- Procrastinación y mala gestión del tiempo como decisiones que afectan el rendimiento.
- Relación entre hábitos de estudio deficientes y consecuencias académicas negativas.

5. Teorías psicológicas aplicadas al análisis de riesgos y consecuencias

- Teoría del estrés y afrontamiento: Lazarus y Folkman.
- Modelos de adicción: modelo biopsicosocial y teoría del aprendizaje social.
- Teoría del conflicto social y resolución de conflictos.

- Teoría de la autodeterminación y motivación académica.

6. Análisis de casos reales de decisiones inadecuadas y sus consecuencias

- Presentación y análisis detallado de casos representativos.
- Identificación de riesgos personales, sociales y académicos en cada caso.
- Discusión guiada para extraer aprendizajes y patrones comunes.

7. Evaluación de situaciones específicas y criterios basados en evidencia

- Metodologías para evaluar riesgos derivados de decisiones inadecuadas.
- Uso de evidencia académica para fundamentar juicios y propuestas.
- Aplicación de criterios psicológicos en la toma de decisiones responsables.

8. Diseño de estrategias preventivas fundamentadas en modelos psicológicos

- Estrategias para la gestión del estrés y promoción del bienestar emocional.
- Prevención y manejo de adicciones mediante intervenciones psicosociales.
- Técnicas para la resolución constructiva de conflictos interpersonales.
- Promoción de hábitos académicos saludables y motivación intrínseca.

9. Reflexión crítica sobre decisiones personales y grupales

- Metodologías para la autoevaluación y reflexión crítica.
- Identificación de sesgos y errores comunes en la toma de decisiones.
- Propuesta de alternativas responsables basadas en el análisis de riesgos.
- Fomento de la cultura de responsabilidad y apoyo mutuo entre pares.

Actividades

Actividad 1: Análisis de casos reales para identificar riesgos

Objetivo: Identificar los principales riesgos personales, sociales y académicos asociados a decisiones inadecuadas mediante el análisis de casos reales.

Descripción paso a paso:

- Dividir a los estudiantes en grupos pequeños (3-4 personas).
- Presentar a cada grupo un caso real detallado que involucre decisiones inadecuadas y consecuencias negativas.
- Solicitar que los grupos identifiquen los riesgos involucrados en el caso, clasificándolos en personales, sociales y académicos.
- Los grupos preparan una breve presentación para compartir su análisis con el resto de la clase.

Organización: Grupos pequeños

Producto esperado: Informe escrito y presentación oral sobre los riesgos identificados en el caso.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 2: Aplicación de teorías psicológicas para explicar consecuencias

Objetivo: Explicar la relación entre estrés, adicciones, conflictos y fracaso académico con decisiones erróneas, aplicando teorías psicológicas pertinentes.

Descripción paso a paso:

- Asignar a cada estudiante la tarea de investigar una teoría psicológica relevante (por ejemplo, teoría del estrés, modelo biopsicosocial de adicciones).
- Solicitar que expliquen, mediante un resumen escrito, cómo esa teoría puede ayudar a comprender las consecuencias de decisiones inadecuadas en jóvenes universitarios.
- Realizar un foro o debate en clase donde cada estudiante exponga sus hallazgos y se discutan las diferentes perspectivas.

Organización: Individual con discusión grupal

Producto esperado: Resumen escrito y participación en foro/debate.

Duración estimada: 2 horas (1 hora para investigación y resumen, 1 hora para discusión)

Actividad 3: Evaluación crítica de situaciones y propuesta de alternativas

Objetivo: Evaluar situaciones específicas donde las decisiones inadecuadas generan consecuencias negativas y proponer alternativas responsables fundamentadas en evidencia.

Descripción paso a paso:

- Proporcionar a los estudiantes una serie de escenarios hipotéticos o reales con decisiones inapropiadas.
- De forma individual o en parejas, analizar cada situación aplicando criterios basados en evidencia académica para evaluar riesgos y consecuencias.
- Elaborar un informe donde se propongan alternativas responsables para cada caso, fundamentadas en modelos psicológicos estudiados.
- Compartir y discutir las propuestas en clase para enriquecer el análisis.

Organización: Individual o parejas

Producto esperado: Informe escrito con evaluación y propuestas de alternativas.

Duración estimada: 2 horas

Actividad 4: Diseño de estrategias preventivas para la comunidad universitaria

Objetivo: Diseñar estrategias preventivas fundamentadas en modelos psicológicos para minimizar riesgos derivados de decisiones inapropiadas en el contexto universitario.

Descripción paso a paso:

- Dividir a los estudiantes en grupos y asignarles la tarea de diseñar una campaña o programa preventivo dirigido a jóvenes universitarios.

- El diseño debe incluir objetivos claros, estrategias basadas en teorías psicológicas, actividades de sensibilización y mecanismos de evaluación.
- Cada grupo presenta su propuesta al resto de la clase para recibir retroalimentación.

Organización: Grupos

Producto esperado: Proyecto de campaña o programa preventivo con presentación.

Duración estimada: 3 horas

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos y percepciones sobre los riesgos asociados a decisiones inadecuadas en el contexto universitario.

Cómo se evalúa: Cuestionario inicial con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre experiencias personales y comprensión básica del tema.

Instrumento sugerido: Cuestionario en línea o en papel con 10-15 preguntas.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en el análisis y comprensión de riesgos, aplicación de teorías psicológicas, capacidad de evaluación crítica y diseño de estrategias preventivas.

Cómo se evalúa: Revisión continua de productos parciales (informes, resúmenes, propuestas), participación en debates y actividades en clase.

Instrumento sugerido: Rúbricas para informes y presentaciones, lista de cotejo para participación y aportes en clase.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Competencias integrales logradas en la unidad, incluyendo identificación, explicación, evaluación, diseño de estrategias y reflexión crítica sobre decisiones y riesgos.

Cómo se evalúa: Trabajo final individual que incluya un análisis crítico de un caso real o hipotético, explicación teórica, evaluación de riesgos y propuesta de alternativas responsables.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada que considere profundidad del análisis, aplicación teórica, coherencia en las propuestas y calidad en la reflexión crítica.

Unidad 8: Estrategias para la Toma de Decisiones Responsables

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir diferentes herramientas y técnicas para la toma de decisiones responsables en contextos universitarios.

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar y evaluar las consecuencias personales, sociales y académicas de decisiones específicas utilizando modelos psicológicos aplicados.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar estrategias de gestión de riesgos para minimizar las posibles consecuencias negativas derivadas de decisiones erróneas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar un plan de toma de decisiones fundamentado en la reflexión crítica y la responsabilidad, utilizando ejemplos y casos prácticos como referencia.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Toma de Decisiones Responsables

- Concepto y relevancia de la toma de decisiones en la vida universitaria.
- Características de decisiones responsables: reflexión, ética y consecuencias.
- Contexto psicológico y social que influye en las decisiones de los jóvenes universitarios.

2. Herramientas y Técnicas para la Toma de Decisiones

- Modelos básicos de toma de decisiones: racional, intuitivo y combinado.
- Técnicas prácticas:
 - Análisis DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades) aplicado a decisiones personales y académicas.
 - Matriz de decisión y ponderación de criterios.
 - Listas de pros y contras.
 - Uso de diagramas de flujo para visualizar opciones y consecuencias.
- Herramientas digitales y aplicaciones para apoyar la toma de decisiones.

3. Análisis y Evaluación de Consecuencias desde la Psicología

- Modelos psicológicos relevantes:
 - Teoría del comportamiento planificado.
 - Modelo de toma de decisiones bajo riesgo.
 - Heurísticas y sesgos cognitivos comunes en jóvenes universitarios.
- Evaluación de consecuencias personales:
 - Impacto en el bienestar emocional y mental.
 - Autonomía y autoestima.
- Evaluación de consecuencias sociales:
 - Relaciones interpersonales y redes de apoyo.
 - Responsabilidad social y ética.

- Evaluación de consecuencias académicas:
 - Rendimiento académico y oportunidades futuras.
 - Compromiso y motivación.

4. Estrategias de Gestión de Riesgos en la Toma de Decisiones

- Identificación y clasificación de riesgos asociados a decisiones universitarias.
- Técnicas para minimizar riesgos:
 - Planificación anticipada y escenarios alternativos.
 - Uso de indicadores de alerta temprana.
 - Estrategias de mitigación y contingencia.
- Herramientas para la gestión emocional ante la incertidumbre y el riesgo.

5. Diseño de un Plan de Toma de Decisiones Responsable

- Elementos clave del plan:
 - Definición clara del problema o decisión.
 - Recolección y análisis de información relevante.
 - Evaluación de alternativas y posibles consecuencias.
 - Reflexión crítica y fundamentación ética.
 - Selección y ejecución de la mejor opción.
 - Monitoreo y evaluación post-decisional.
- Uso de casos prácticos y ejemplos reales en contexto universitario.
- Incorporación de la responsabilidad personal y social en las decisiones.

Actividades

1. Mapeo Personal de Decisiones

Objetivo: Identificar y describir diferentes herramientas y técnicas para la toma de decisiones responsables.

Descripción:

- Los estudiantes reflexionan individualmente sobre una decisión reciente que hayan tomado en su vida universitaria.
- Analizan las herramientas o técnicas que usaron (o que podrían haber usado) para tomar esa decisión.
- Diseñan un esquema visual (mapa mental o diagrama) que incluya las etapas y herramientas aplicables.
- Comparten en parejas sus mapas para recibir retroalimentación.

Organización: Individual y parejas

Producto esperado: Mapa visual de la toma de decisiones personales con herramientas identificadas.

Duración estimada: 1 hora

2. Análisis de Caso: Evaluación de Consecuencias

Objetivo: Analizar y evaluar las consecuencias personales, sociales y académicas de decisiones específicas utilizando modelos psicológicos.

Descripción:

- Se proporcionan a los estudiantes casos de estudio relacionados con decisiones universitarias (ej. aceptar una oferta de intercambio, elegir entre trabajo y estudio, etc.).
- En grupos, aplican modelos psicológicos para identificar posibles consecuencias en diferentes ámbitos.
- Discuten y presentan sus análisis, destacando riesgos y beneficios.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes

Producto esperado: Informe grupal con análisis de consecuencias y presentación oral.

Duración estimada: 2 horas

3. Taller de Gestión de Riesgos

Objetivo: Aplicar estrategias de gestión de riesgos para minimizar consecuencias negativas derivadas de decisiones erróneas.

Descripción:

- Los estudiantes individualmente o en parejas identifican una decisión potencialmente riesgosa en su contexto universitario.
- Usan técnicas para identificar riesgos asociados y diseñan estrategias para mitigarlos.
- Discuten en plenaria las distintas estrategias propuestas y reciben retroalimentación.

Organización: Individual o parejas

Producto esperado: Plan de gestión de riesgos para una decisión específica.

Duración estimada: 1.5 horas

4. Diseño de un Plan Integral de Toma de Decisiones

Objetivo: Diseñar un plan de toma de decisiones fundamentado en la reflexión crítica y responsabilidad.

Descripción:

- Cada estudiante elige un caso real o hipotético relacionado con su vida universitaria.
- Elaboran un plan completo que incluya diagnóstico, alternativas, evaluación de consecuencias, gestión de riesgos y reflexión ética.
- Presentan el plan por escrito y defienden su proceso en una sesión de intercambio con compañeros.

Organización: Individual

Producto esperado: Documento escrito del plan y presentación oral.

Duración estimada: 3 horas (2 horas para elaboración, 1 hora para presentación y discusión)

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos y actitudes sobre toma de decisiones responsables y gestión de riesgos.

Cómo se evalúa: Cuestionario breve con preguntas abiertas y de opción múltiple para detectar comprensión inicial y experiencias previas.

Instrumento sugerido: Formulario digital o papel con 10 preguntas.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Aplicación práctica de herramientas, análisis crítico de consecuencias y diseño de estrategias de gestión de riesgos.

Cómo se evalúa: Revisión continua de actividades grupales e individuales, retroalimentación en los talleres y análisis de casos.

Instrumento sugerido: Rúbricas detalladas para cada actividad, observación y retroalimentación cualitativa.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad para diseñar un plan integral de toma de decisiones responsable, que incorpore reflexión crítica, análisis de consecuencias y gestión de riesgos.

Cómo se evalúa: Evaluación del plan escrito y presentación oral, considerando coherencia, profundidad, uso de herramientas y fundamentación ética.

Instrumento sugerido: Rúbrica de evaluación con criterios claros para contenido, análisis, creatividad, claridad y argumentación ética.

Unidad 9: El Papel de la Autorreflexión y la Autoconciencia

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y describir los procesos de autorreflexión y autoconciencia que influyen en la toma de decisiones personales en contextos universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar sus propias decisiones pasadas mediante técnicas de autorreflexión, evaluando las consecuencias personales y sociales asociadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar modelos psicológicos de autoconciencia para mejorar su capacidad de tomar decisiones informadas y responsables en situaciones académicas y personales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar un plan de acción personal que incorpore prácticas de autorreflexión para fomentar la mejora continua en su proceso de toma de decisiones.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar críticamente casos reales de toma de decisiones universitarias, utilizando la autorreflexión para identificar factores de éxito y áreas de mejora.

Contenidos Temáticos

1. Conceptos Fundamentales de Autorreflexión y Autoconciencia

- **Definición de autorreflexión:** Exploración del proceso de análisis interno de pensamientos, emociones y comportamientos para la toma de decisiones.
- **Definición de autoconciencia:** Comprensión del conocimiento que tiene el individuo sobre sí mismo, incluyendo sus estados emocionales y cognitivos.
- **Diferencias y relaciones entre autorreflexión y autoconciencia:** Análisis de cómo estos procesos interactúan y se complementan en la toma de decisiones.

2. Procesos Psicológicos de la Autorreflexión y la Autoconciencia en el Contexto Universitario

- **Mecanismos cognitivos involucrados:** Atención plena, metacognición y regulación emocional.
- **Influencia de la autorreflexión en la toma de decisiones:** Cómo la autoevaluación crítica modifica elecciones personales y académicas.
- **Factores contextuales y personales que afectan la autoconciencia:** Estrés, entorno social, identidad y experiencias previas.

3. Técnicas y Herramientas para la Autorreflexión en la Toma de Decisiones

- **Diarios reflexivos:** Registro estructurado de decisiones y emociones para análisis posterior.
- **Modelos de análisis de decisiones pasadas:** Uso de matrices y esquemas para evaluar consecuencias y aprendizajes.
- **Ejercicios de mindfulness y autoconciencia emocional:** Prácticas para mejorar la percepción y gestión de estados internos.

4. Modelos Psicológicos de Autoconciencia Aplicados a la Toma de Decisiones

- **Modelo de autoconciencia privada y pública (Duval y Wicklund):** Comprensión de cómo la conciencia de uno mismo y la percepción social influyen en las elecciones.
- **Teoría del procesamiento dual:** Integración de procesos automáticos y controlados en la toma de decisiones consciente.
- **Aplicación práctica de modelos en contextos académicos y personales:** Casos y simulaciones para mejorar la toma de decisiones.

5. Diseño de un Plan Personal de Autorreflexión para la Mejora Continua en la Toma de Decisiones

- **Identificación de metas personales y académicas:** Fijar objetivos claros para el desarrollo reflexivo.
- **Selección de técnicas adecuadas de autorreflexión:** Adaptación a necesidades y estilos individuales.
- **Establecimiento de rutinas y seguimiento:** Implementación de hábitos y evaluación periódica del progreso.

6. Análisis Crítico de Casos Reales de Toma de Decisiones Universitarias

- **Presentación de casos prácticos:** Situaciones reales con resultados diversos.

- **Evaluación mediante técnicas de autorreflexión:** Identificación de factores de éxito y áreas de mejora.
- **Discusión grupal y conclusiones:** Reflexión colectiva para enriquecer el aprendizaje.

Actividades

Actividad 1: Diario Reflexivo de Decisiones Personales

Objetivo: Analizar propias decisiones pasadas mediante técnicas de autorreflexión, evaluando consecuencias personales y sociales.

Descripción:

- El estudiante seleccionará tres decisiones personales o académicas relevantes tomadas en el último semestre.
- Redactará un diario reflexivo donde describa el contexto, los factores que influyeron, las emociones asociadas y las consecuencias observadas.
- Aplicará una matriz sencilla para evaluar aspectos positivos, negativos y aprendizajes de cada decisión.
- Compartirá con un compañero para recibir retroalimentación y discutir posibles alternativas.

Organización: Individual y en parejas para la retroalimentación.

Producto esperado: Diario reflexivo con análisis y matriz evaluativa, junto con un resumen de la discusión en pareja.

Duración estimada: 2 horas (1 hora para redacción, 1 hora para discusión).

Actividad 2: Simulación Aplicando Modelos de Autoconciencia en Decisiones Académicas

Objetivo: Aplicar modelos psicológicos de autoconciencia para mejorar la toma de decisiones en situaciones académicas y personales.

Descripción:

- En grupos pequeños, se les presentará una situación problemática común en el ámbito universitario (por ejemplo, elección de asignaturas o manejo del estrés en exámenes).
- Los estudiantes analizarán la situación aplicando el modelo de autoconciencia privada y pública, y la teoría del procesamiento dual.
- Desarrollarán un plan de acción basado en las teorías para tomar una decisión informada y responsable.
- Presentarán sus conclusiones al grupo general para discusión y retroalimentación.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes.

Producto esperado: Informe grupal con análisis teórico y plan de acción, y exposición oral.

Duración estimada: 3 horas (1.5 para análisis y plan, 1.5 para presentaciones y discusión).

Actividad 3: Diseño de un Plan Personal de Autorreflexión

Objetivo: Diseñar un plan de acción personal que incorpore prácticas de autorreflexión para fomentar la mejora continua en la toma de decisiones.

Descripción:

- El estudiante identificará áreas personales y académicas donde desea mejorar su proceso decisional.
- Seleccionará técnicas y herramientas de autorreflexión aprendidas en la unidad.
- Elaborará un plan con metas, actividades, frecuencia y criterios de seguimiento.
- Presentará el plan para recibir retroalimentación del docente o compañeros.

Organización: Individual con posible revisión en pares.

Producto esperado: Documento escrito del plan personal de autorreflexión.

Duración estimada: 2 horas.

Actividad 4: Análisis Crítico de Casos Reales de Toma de Decisiones

Objetivo: Evaluar críticamente casos reales de toma de decisiones universitarias utilizando la autorreflexión para identificar factores de éxito y áreas de mejora.

Descripción:

- Se presentarán a los estudiantes dos o tres casos reales documentados sobre decisiones universitarias (por ejemplo, gestión de conflictos, elección de carrera, participación en actividades).
- En grupos, analizarán cada caso aplicando técnicas de autorreflexión para identificar las variables que influyeron en los resultados.
- Discutirán factores de éxito, errores y posibles estrategias alternativas.
- Elaborarán un reporte con conclusiones y recomendaciones para futuras decisiones.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes.

Producto esperado: Reporte grupal de análisis crítico y recomendaciones.

Duración estimada: 2.5 horas.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre autorreflexión, autoconciencia y su relación con la toma de decisiones.

Cómo se evalúa: Cuestionario corto con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre conceptos básicos y experiencias personales relacionadas.

Instrumento sugerido: Cuestionario digital o en papel (10-15 preguntas).

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en la comprensión y aplicación de técnicas de autorreflexión, análisis crítico y diseño de planes personales.

Cómo se evalúa: Revisión y retroalimentación continua sobre los diarios reflexivos, participación en actividades grupales y avances en el plan personal.

Instrumento sugerido: Rúbricas de evaluación para diarios, informes grupales y planes personales; observación y notas del docente.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Competencia para identificar y describir procesos de autorreflexión y autoconciencia, analizar decisiones pasadas, aplicar modelos psicológicos, diseñar un plan personal y evaluar críticamente casos reales.

Cómo se evalúa: Trabajo final integrador que incluya un análisis reflexivo personal, aplicación de modelos a un caso práctico y presentación del plan personal de autorreflexión.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada que valore contenido conceptual, análisis crítico, aplicación práctica, claridad y creatividad.

Unidad 10: Casos Prácticos I: Decisiones Académicas

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar casos reales de decisiones académicas tomadas por jóvenes universitarios, identificando las consecuencias personales, sociales y académicas derivadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar modelos y teorías psicológicas para interpretar la dinámica de la toma de decisiones en contextos académicos específicos presentados en los casos.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar críticamente los factores que influyeron en las decisiones académicas de los casos estudiados, determinando su impacto en la trayectoria universitaria.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de desarrollar propuestas de estrategias preventivas basadas en el análisis de los casos para minimizar riesgos asociados a decisiones académicas erróneas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reflexionar de manera crítica sobre su propia toma de decisiones académicas, utilizando ejemplos prácticos y casos reales para fomentar la responsabilidad personal.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Toma de Decisiones Académicas

- Conceptualización de la toma de decisiones en el ámbito académico: definición y características principales.
- Importancia de las decisiones académicas para la trayectoria universitaria y desarrollo personal.
- Presentación general de los casos prácticos: contexto y relevancia.

2. Análisis de Casos Reales de Decisiones Académicas

- Presentación detallada de 3-4 casos reales de decisiones académicas tomadas por jóvenes universitarios.
- Identificación de las consecuencias personales: autoestima, motivación, bienestar emocional.
- Consecuencias sociales: relaciones interpersonales, redes de apoyo, impacto familiar.
- Consecuencias académicas: rendimiento, continuidad, cambios de carrera o abandono.

3. Aplicación de Modelos y Teorías Psicológicas en la Toma de Decisiones

- Revisión de modelos psicológicos relevantes: modelo racional, heurísticas y sesgos, teoría del comportamiento planificado, teoría del aprendizaje social.
- Interpretación de la dinámica de la toma de decisiones en los casos presentados usando estos modelos.
- Análisis comparativo entre modelos para explicar diferentes tipos de decisiones y resultados.

4. Evaluación Crítica de Factores Influyentes en Decisiones Académicas

- Factores internos: valores personales, autoconcepto, metas y expectativas.
- Factores externos: presión social, contexto familiar, recursos disponibles, normativas institucionales.
- Impacto de estos factores en la trayectoria universitaria y toma de decisiones en los casos.

5. Desarrollo de Estrategias Preventivas para Minimizar Riesgos

- Identificación de riesgos comunes en decisiones académicas erróneas.
- Propuestas de estrategias preventivas basadas en el análisis de los casos: asesoría, orientación vocacional, manejo de estrés, fortalecimiento de redes de apoyo.
- Planificación de acciones concretas para implementación en contextos universitarios.

6. Reflexión Crítica sobre la Propia Toma de Decisiones Académicas

- Autoevaluación guiada para identificar estilos y patrones personales en la toma de decisiones.
- Uso de ejemplos prácticos y casos reales para fomentar la responsabilidad y el aprendizaje.
- Plan personal de mejora en la toma de decisiones académicas futuras.

Actividades

1. Análisis en Grupos de Casos Reales

Objetivo: Analizar casos reales de decisiones académicas identificando consecuencias personales, sociales y académicas (Objetivo 1).

Descripción:

- Dividir a los estudiantes en grupos de 4-5 personas.
- Asignar a cada grupo un caso real detallado previamente preparado.
- Los grupos deben identificar y discutir las consecuencias derivadas de la decisión tomada en el caso, clasificándolas en personales, sociales y académicas.
- Cada grupo prepara una presentación breve para compartir sus análisis con el resto de la clase.

Organización: grupos

Producto esperado: presentación grupal con análisis de consecuencias.

Duración estimada: 90 minutos.

2. Aplicación de Modelos Psicológicos a Casos Académicos

Objetivo: Aplicar modelos y teorías psicológicas para interpretar la toma de decisiones en contextos académicos (Objetivo 2).

Descripción:

- Individualmente, cada estudiante selecciona uno de los casos estudiados.
- Debe aplicar al menos dos modelos o teorías psicológicas vistas en clase para explicar la dinámica de la decisión tomada.
- Redactar un informe breve que explique cómo cada modelo contribuye a entender la decisión y sus consecuencias.
- Compartir y discutir algunos informes en parejas para enriquecer la interpretación.

Organización: individual con discusión en parejas

Producto esperado: informe escrito y discusión en parejas.

Duración estimada: 120 minutos.

3. Debate Crítico sobre Factores Influyentes en Decisiones Académicas

Objetivo: Evaluar críticamente factores que influyen en decisiones académicas y su impacto (Objetivo 3).

Descripción:

- Formar dos grupos que representen diferentes posturas sobre la importancia relativa de factores internos vs. externos en decisiones académicas.
- Cada grupo prepara argumentos basados en los casos estudiados y la literatura revisada.
- Realizar un debate estructurado con tiempos definidos para argumentar, refutar y concluir.
- Después del debate, realizar una reflexión grupal para sintetizar conclusiones y aprendizajes.

Organización: grupos y debate plenaria

Producto esperado: participación en debate y síntesis escrita de conclusiones.

Duración estimada: 90 minutos.

4. Diseño de Estrategias Preventivas y Plan Personal de Decisiones

Objetivo: Desarrollar propuestas preventivas para minimizar riesgos y reflexionar críticamente sobre la propia toma de decisiones (Objetivos 4 y 5).

Descripción:

- En forma individual, cada estudiante elabora una propuesta de estrategia preventiva basada en el análisis de un caso específico.
- Posteriormente, realiza una reflexión crítica personal sobre sus propias decisiones académicas, identificando patrones, fortalezas y áreas de mejora.
- Finalmente, elabora un plan personal con acciones concretas para mejorar su toma de decisiones académicas futuras.

- Compartir voluntariamente algunas reflexiones en grupos pequeños para recibir retroalimentación.

Organización: individual con discusión en grupos pequeños

Producto esperado: propuesta escrita, reflexión crítica y plan personal.

Duración estimada: 120 minutos.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre toma de decisiones académicas y percepción inicial sobre consecuencias de elecciones universitarias.

Cómo se evalúa: Cuestionario breve con preguntas abiertas y de opción múltiple al inicio de la unidad.

Instrumento sugerido: Encuesta en línea o papel con preguntas como: "Describa una decisión académica importante que ha tomado y sus consecuencias" y "¿Qué factores cree que influyen en las decisiones académicas de los estudiantes?"

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en análisis, aplicación de teorías, argumentación crítica y elaboración de estrategias.

Cómo se evalúa: Observación participativa durante actividades grupales, revisión de informes escritos, participación en debates y retroalimentación entre pares.

Instrumento sugerido: Rúbricas para evaluación de presentaciones, informes escritos, participación en debates y calidad de propuestas preventivas.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Capacidad integral para analizar casos, aplicar teorías, evaluar factores, desarrollar estrategias preventivas y reflexionar críticamente.

Cómo se evalúa: Trabajo final individual que incluya análisis de un caso, aplicación de modelos psicológicos, evaluación crítica de factores, propuesta de estrategias y reflexión personal.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada que valore estructura, profundidad analítica, fundamentación teórica, creatividad en estrategias y nivel de reflexión.

Unidad 11: Casos Prácticos II: Decisiones Personales y Sociales

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar casos prácticos de decisiones personales y sociales, identificando las consecuencias directas e indirectas en contextos universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar teorías psicológicas relevantes para evaluar la influencia de factores internos y externos en la toma de decisiones cotidianas.

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de comparar y contrastar diferentes resultados de decisiones tomadas en situaciones reales, fundamentando sus conclusiones con evidencia teórica.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar estrategias preventivas basadas en análisis de casos para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas en la vida personal y social.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de reflexionar críticamente sobre sus propias decisiones y las de sus pares, proponiendo alternativas responsables y fundamentadas en ejemplos prácticos estudiados.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los casos prácticos en decisiones personales y sociales

- Definición y relevancia de los casos prácticos en la psicología de la decisión.
- Contextualización en ambientes universitarios: características y desafíos.

2. Análisis estructurado de decisiones personales en el entorno universitario

- Identificación de decisiones típicas y su impacto (académicas, relaciones, salud).
- Consecuencias directas e indirectas: ejemplos y clasificación.
- Herramientas para el análisis crítico de decisiones individuales.

3. Influencia de factores psicológicos en la toma de decisiones cotidianas

- Teorías psicológicas aplicables: teoría del comportamiento planificado, heurísticos y sesgos, motivación y emoción.
- Factores internos: personalidad, autoestima, emociones, valores.
- Factores externos: presión social, contexto cultural, información disponible.
- Aplicación de teorías en casos prácticos reales.

4. Comparación y contraste de resultados en decisiones personales y sociales

- Metodología para comparar resultados: análisis cualitativo y cuantitativo.
- Impacto de decisiones en grupos y comunidades universitarias.
- Estudio de casos: decisiones exitosas versus decisiones con resultados adversos.
- Fundamentación teórica para explicar diferencias y similitudes.

5. Diseño de estrategias preventivas para minimizar riesgos en decisiones erróneas

- Identificación de riesgos comunes en decisiones universitarias.
- Formulación de estrategias basadas en evidencia y análisis de casos.
- Planificación de intervenciones individuales y grupales.
- Evaluación y ajuste de estrategias preventivas.

6. Reflexión crítica y propuesta de alternativas responsables

- Metodologías para la reflexión crítica personal y grupal.

- Integración de ejemplos prácticos para fundamentar propuestas alternativas.
- Fomento del pensamiento ético y responsable en la toma de decisiones.
- Presentación y discusión de propuestas alternativas en contexto universitario.

Actividades

Análisis de caso personal y social

Objetivo: Analizar casos prácticos de decisiones personales y sociales identificando consecuencias directas e indirectas.

Descripción:

- Se presenta a los estudiantes un caso real o simulado relacionado con una decisión personal y otra social dentro del contexto universitario.
- Individualmente, los estudiantes identifican las consecuencias directas e indirectas de cada decisión.
- Discusión en grupos pequeños para contrastar análisis y llegar a una síntesis.

Organización: Individual y grupos pequeños (3-4 integrantes).

Producto esperado: Informe escrito con análisis detallado y síntesis grupal presentada oralmente.

Duración estimada: 2 horas.

Aplicación de teorías psicológicas a decisiones cotidianas

Objetivo: Aplicar teorías psicológicas para evaluar la influencia de factores internos y externos en la toma de decisiones.

Descripción:

- Se asignan diferentes teorías psicológicas a grupos pequeños.
- Cada grupo selecciona un caso real universitario para analizar cómo la teoría asignada explica la decisión tomada.
- Preparan una presentación que incluya factores internos y externos que influyeron en la decisión.
- Se realiza una sesión plenaria para compartir y discutir los hallazgos.

Organización: Grupos pequeños.

Producto esperado: Presentación grupal con análisis teórico aplicado.

Duración estimada: 2.5 horas.

Comparación y contraste de resultados de decisiones

Objetivo: Comparar y contrastar diferentes resultados de decisiones fundamentando conclusiones con evidencia teórica.

Descripción:

- Se entregan dos casos con resultados diferentes (uno positivo y otro negativo) relacionados con decisiones sociales en la universidad.

- En parejas, los estudiantes analizan y contrastan cada caso identificando factores clave y teorías que expliquen las diferencias.
- Elaboran un cuadro comparativo y una breve argumentación fundamentada.
- Se comparte el trabajo en un foro virtual o presencial para discusión amplia.

Organización: Parejas.

Producto esperado: Cuadro comparativo y argumentación escrita.

Duración estimada: 1.5 horas.

Diseño de estrategias preventivas y propuestas alternativas

Objetivo: Diseñar estrategias preventivas para minimizar riesgos y proponer alternativas responsables basadas en análisis de casos.

Descripción:

- En grupos, los estudiantes seleccionan un caso problemático analizado previamente.
- Identifican riesgos asociados y diseñan estrategias preventivas específicas para ese contexto.
- Preparan un plan de intervención que incluya actividades concretas y recursos necesarios.
- Finalmente, realizan una reflexión crítica personal escribiendo un breve ensayo sobre lo aprendido y alternativas responsables.

Organización: Grupos para diseño de estrategias; individual para reflexión.

Producto esperado: Plan de estrategias preventivas grupal y ensayo individual.

Duración estimada: 3 horas.

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre toma de decisiones, teorías psicológicas básicas y percepción de consecuencias en contextos personales y sociales.

Cómo se evalúa: Cuestionario diagnóstico con preguntas abiertas y de opción múltiple al inicio de la unidad.

Instrumento sugerido: Plataforma digital para cuestionarios o hoja impresa con retroalimentación grupal.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en análisis crítico, aplicación teórica, comparación de casos y diseño de estrategias preventivas.

- Observación y retroalimentación durante actividades grupales e individuales.
- Revisión de informes, presentaciones, cuadros comparativos y planes diseñados.
- Sesiones de discusión donde se evalúa la participación y argumentación fundamentada.

Instrumento sugerido: Rúbricas específicas para cada actividad y registro anecdótico del docente.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Capacidad integral para analizar casos, aplicar teorías, comparar resultados, diseñar estrategias y reflexionar críticamente.

Cómo se evalúa: Examen escrito y entrega de un portafolio que incluya:

- Análisis de un caso nuevo con identificación de consecuencias.
- Aplicación de una teoría psicológica a la decisión planteada.
- Comparación con casos previos.
- Diseño de una estrategia preventiva.
- Ensayo de reflexión crítica personal.

Instrumento sugerido: Rúbrica de evaluación del portafolio y prueba escrita con preguntas integradoras.

Unidad 12: Prevención y Manejo de Consecuencias Negativas

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar estrategias preventivas efectivas para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas en contextos universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar casos reales de consecuencias negativas derivadas de decisiones para proponer planes de manejo adecuados.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar modelos psicológicos para diseñar intervenciones orientadas a la prevención de consecuencias adversas en jóvenes universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la efectividad de diferentes estrategias de manejo ante situaciones derivadas de decisiones erróneas, utilizando criterios basados en evidencia.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de desarrollar un plan personal de acción para la prevención y manejo responsable de consecuencias negativas en su vida académica y social.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Prevención y Manejo de Consecuencias Negativas

- Conceptualización de consecuencias negativas en decisiones universitarias: definición y tipos
- Importancia de la prevención y manejo en el contexto de jóvenes universitarios
- Relación entre toma de decisiones, riesgos y consecuencias

2. Estrategias Preventivas para Minimizar Riesgos en Decisiones Erróneas

- Identificación de factores de riesgo y señales de alerta en la toma de decisiones
- Estrategias cognitivo-conductuales para la prevención de errores decisionales
- Fomento de habilidades de autocontrol y autorregulación emocional

- Promoción de un ambiente social y académico de apoyo para la prevención
- Herramientas para la evaluación anticipada de consecuencias potenciales

3. Análisis de Casos Reales y Propuesta de Planes de Manejo

- Metodología para el análisis crítico de casos relacionados con decisiones erróneas y sus consecuencias
- Identificación de variables psicológicas y contextuales en cada caso
- Diseño de planes de manejo personalizados: objetivos, estrategias y seguimiento
- Uso de técnicas de comunicación efectiva para el manejo de crisis

4. Aplicación de Modelos Psicológicos en Intervenciones Preventivas

- Revisión de modelos psicológicos relevantes: Teoría del Comportamiento Planeado, Modelo Transteórico, y Teoría del Aprendizaje Social
- Aplicación práctica de los modelos para el diseño de intervenciones preventivas
- Integración de enfoques individuales y grupales en la intervención
- Evaluación continua y ajuste de intervenciones basadas en evidencia

5. Evaluación de la Efectividad de Estrategias de Manejo

- Criterios y métodos para evaluar estrategias de manejo de consecuencias negativas
- Herramientas cuantitativas y cualitativas para la medición de resultados
- Análisis comparativo de diferentes enfoques y su eficacia en contextos universitarios
- Retroalimentación y mejora continua en la gestión de decisiones y consecuencias

6. Desarrollo de un Plan Personal de Acción

- Autoevaluación de estilos de toma de decisiones y susceptibilidad a consecuencias negativas
- Identificación de áreas personales de mejora y recursos de apoyo disponibles
- Construcción de un plan de acción individual para la prevención y manejo responsable
- Compromiso y estrategias para la implementación y seguimiento del plan

Actividades

Actividad 1: Mapeo de Factores de Riesgo y Estrategias Preventivas

Objetivo: Identificar estrategias preventivas efectivas para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas en contextos universitarios.

Descripción:

- Los estudiantes realizan una lluvia de ideas sobre factores de riesgo comunes en decisiones universitarias.
- En grupos pequeños, organizan los factores en categorías y asocian estrategias preventivas posibles para cada uno.
- Se comparte y discute en plenaria para consolidar un mapa colectivo de riesgos y estrategias.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes

Producto esperado: Mapa visual o esquema digital con factores de riesgo y estrategias preventivas.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 2: Análisis y Propuesta de Plan de Manejo a partir de Caso Real

Objetivo: Analizar casos reales de consecuencias negativas derivadas de decisiones para proponer planes de manejo adecuados.

Descripción:

- Se entrega a cada grupo un caso real documentado que ejemplifique consecuencias negativas de decisiones universitarias.
- El grupo identifica las causas, consecuencias, factores psicológicos y contextuales implicados.
- Diseñan un plan de manejo detallado que incluya acciones, responsables y cronograma.
- Presentan el plan ante el grupo para recibir retroalimentación.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes

Producto esperado: Documento escrito y presentación oral del plan de manejo.

Duración estimada: 2 horas

Actividad 3: Diseño de Intervención Basada en Modelos Psicológicos

Objetivo: Aplicar modelos psicológicos para diseñar intervenciones orientadas a la prevención de consecuencias adversas en jóvenes universitarios.

Descripción:

- En parejas, seleccionan uno de los modelos psicológicos estudiados.
- Diseñan una intervención preventiva concreta dirigida a un problema identificado en su entorno universitario.
- Elaboran materiales básicos (guía, esquema o cartel) para apoyar la intervención.
- Comparten el diseño con el grupo para discusión y ajuste.

Organización: Parejas

Producto esperado: Propuesta de intervención con materiales de apoyo.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 4: Desarrollo de Plan Personal de Prevención y Manejo Responsable

Objetivo: Desarrollar un plan personal de acción para la prevención y manejo responsable de consecuencias negativas en su vida académica y social.

Descripción:

- Los estudiantes realizan una autoevaluación guiada sobre sus patrones de toma de decisiones y experiencias previas.
- Identifican áreas de mejora y recursos propios y externos para apoyo.

- Elaboran un plan personal con metas, estrategias específicas y cronograma de seguimiento.
- Comparten voluntariamente sus planes en un foro para recibir retroalimentación constructiva.

Organización: Individual

Producto esperado: Plan personal escrito y cronograma de acción.

Duración estimada: 60 minutos

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Se evaluará el conocimiento previo y percepciones de los estudiantes acerca de las consecuencias negativas en la toma de decisiones y estrategias preventivas.

- **Qué se evalúa:** Comprensión inicial sobre riesgos, consecuencias y prevención en decisiones universitarias.
- **Cómo se evalúa:** Cuestionario de opción múltiple y preguntas abiertas breves.
- **Instrumento sugerido:** Test diagnóstico en línea o en papel con 15 ítems.

Evaluación Formativa

Se realizará un seguimiento continuo mediante la revisión y retroalimentación de las actividades prácticas, fomentando la reflexión y ajuste de aprendizajes.

- **Qué se evalúa:** Participación activa, análisis crítico, aplicación de modelos y calidad de propuestas y planes.
- **Cómo se evalúa:** Rúbricas específicas para cada actividad, observación directa y feedback oral/escrito.
- **Instrumento sugerido:** Rúbricas detalladas, listas de cotejo y registros de observación.

Evaluación Sumativa

Al concluir la unidad, se evaluará la integración y aplicación de los conocimientos mediante un trabajo integrador individual.

- **Qué se evalúa:** Capacidad para identificar estrategias, analizar casos, aplicar modelos, evaluar estrategias y diseñar un plan personal.
- **Cómo se evalúa:** Ensayo o informe escrito con análisis crítico, propuesta de intervención y plan personal, sustentado con bibliografía y evidencias.
- **Instrumento sugerido:** Guía de evaluación con criterios de contenido, coherencia, aplicación teórica y originalidad.

Unidad 13: Rol de la Psicología en la Intervención y Apoyo

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar los principales enfoques psicológicos utilizados en la intervención y apoyo a jóvenes universitarios en la toma de decisiones, mediante el análisis de casos prácticos.

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de explicar cómo las técnicas de intervención psicológica pueden influir en el manejo de las consecuencias derivadas de decisiones erróneas, aplicando modelos teóricos a situaciones reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar estrategias de apoyo psicológico orientadas a la prevención de riesgos asociados a decisiones en el contexto universitario, utilizando herramientas basadas en teorías psicológicas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la efectividad de diferentes métodos de intervención psicológica en la mejora de la toma de decisiones de jóvenes universitarios, mediante la comparación crítica de estudios y casos.

Contenidos Temáticos

1. Introducción al rol de la psicología en la toma de decisiones de jóvenes universitarios

- Contextualización de la toma de decisiones en la etapa universitaria: retos y características propias.
- Importancia de la intervención psicológica para fomentar decisiones saludables y responsables.
- Breve panorama de los enfoques psicológicos aplicados en el apoyo a jóvenes universitarios.

2. Principales enfoques psicológicos en la intervención y apoyo a jóvenes universitarios

- Enfoque Cognitivo-Conductual: fundamentos, técnicas y aplicaciones para modificar patrones de decisión.
- Enfoque Humanista: promoción del autoconocimiento y autorrealización en la toma de decisiones.
- Perspectiva Sistémica: análisis del contexto social y familiar en las elecciones del estudiante.
- Modelo Psicoeducativo: estrategias para informar y capacitar en la toma de decisiones.
- Análisis de casos prácticos que ejemplifiquen cada enfoque.

3. Técnicas de intervención psicológica para el manejo de consecuencias de decisiones erróneas

- Terapia cognitivo-conductual aplicada al manejo de consecuencias negativas: reestructuración cognitiva y afrontamiento.
- Psicoterapia breve y técnicas de resolución de problemas.
- Uso de la entrevista motivacional para promover cambios conductuales post-decisiones erróneas.
- Aplicación de modelos teóricos (Ej. Modelo Transteórico, Teoría de la Autodeterminación) en situaciones reales.
- Estudio de casos reales y análisis de intervenciones efectivas.

4. Diseño de estrategias de apoyo psicológico para la prevención de riesgos en el contexto universitario

- Identificación de riesgos comunes asociados a la toma de decisiones en jóvenes universitarios (adicciones, relaciones, estrés académico).
- Diseño de programas psicoeducativos basados en teorías psicológicas para la prevención.

- Herramientas prácticas: talleres, grupos de apoyo, asesorías individuales y recursos digitales.
- Incorporación de técnicas de autocuidado y regulación emocional.
- Elaboración de un plan estratégico de intervención preventiva.

5. Evaluación de la efectividad de métodos de intervención psicológica

- Criterios para evaluar intervenciones en psicología aplicada a la toma de decisiones.
- Análisis crítico de estudios de caso y revisiones bibliográficas.
- Métricas cuantitativas y cualitativas para medir resultados en la mejora de la toma de decisiones.
- Comparación de métodos: ventajas, limitaciones y contextos de aplicación.
- Propuesta de recomendaciones para optimizar intervenciones futuras.

Actividades

Actividad 1: Análisis de casos prácticos según enfoques psicológicos

Objetivo: Identificar los principales enfoques psicológicos utilizados en la intervención y apoyo a jóvenes universitarios en la toma de decisiones.

Descripción:

- Se presentan 4 casos prácticos de jóvenes universitarios enfrentando decisiones complejas.
- Los estudiantes, en grupos pequeños, analizan cada caso y determinan qué enfoque psicológico sería más adecuado para intervenir.
- Discuten las razones de su elección y proponen posibles técnicas específicas dentro del enfoque seleccionado.
- Finalmente, cada grupo expone sus conclusiones al resto de la clase para discusión.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes

Producto esperado: Informe breve con análisis y presentación grupal.

Duración estimada: 90 minutos

Actividad 2: Aplicación de técnicas de intervención a casos reales

Objetivo: Explicar cómo las técnicas de intervención psicológica influyen en el manejo de consecuencias derivadas de decisiones erróneas.

Descripción:

- Se asignan a cada estudiante situaciones reales o simuladas de decisiones erróneas y sus consecuencias.
- El estudiante elabora un plan de intervención utilizando técnicas específicas (reestructuración cognitiva, entrevista motivacional, etc.).
- Se realiza una sesión de role-playing en parejas donde uno simula al joven y otro al psicólogo aplicando la técnica.
- Reflexión grupal sobre la experiencia y eficacia de las técnicas usadas.

Organización: Individual y parejas

Producto esperado: Plan de intervención escrito y participación en role-playing.

Duración estimada: 120 minutos

Actividad 3: Diseño de una estrategia preventiva de apoyo psicológico

Objetivo: Diseñar estrategias de apoyo psicológico orientadas a la prevención de riesgos asociados a decisiones universitarias.

Descripción:

- En equipos, los estudiantes seleccionan un riesgo específico relacionado con la toma de decisiones (por ejemplo, estrés, consumo de sustancias, relaciones interpersonales).
- Desarrollan una propuesta de estrategia preventiva basada en teorías psicológicas, incluyendo objetivos, metodología, recursos y evaluación.
- Preparan un documento y presentación para compartir con la clase.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes

Producto esperado: Estrategia preventiva documentada y presentación oral.

Duración estimada: 3 horas (puede dividirse en sesiones)

Actividad 4: Evaluación crítica de métodos de intervención mediante revisión de estudios

Objetivo: Evaluar la efectividad de diferentes métodos de intervención psicológica en la mejora de la toma de decisiones de jóvenes universitarios.

Descripción:

- Cada estudiante selecciona dos estudios o casos de intervención psicológica aplicados a jóvenes universitarios.
- Realiza una comparación crítica basada en criterios como resultados, metodología, población y aplicabilidad.
- Presenta un ensayo o informe que sintetice los hallazgos y recomiende el método más efectivo o adecuado para contextos específicos.
- Discusión en foro o videoconferencia para compartir conclusiones y debatir.

Organización: Individual

Producto esperado: Ensayo o informe crítico y participación en debate.

Duración estimada: 4 horas (investigación y redacción)

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre enfoques psicológicos en la toma de decisiones y percepción del rol de la psicología en jóvenes universitarios.

Cómo se evalúa: Cuestionario inicial con preguntas abiertas y de opción múltiple sobre conceptos básicos y experiencias personales.

Instrumento sugerido: Test en línea o en papel con 10-15 preguntas, aplicado durante la primera sesión.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en el análisis de casos, aplicación de técnicas, diseño de estrategias y capacidad crítica durante las actividades prácticas.

Cómo se evalúa: Observación directa, revisión de productos parciales (informes, planes, presentaciones) y retroalimentación continua.

Instrumento sugerido: Rúbricas específicas para cada actividad que valoren comprensión, aplicación y creatividad.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Dominio integral de los objetivos de la unidad, capacidad para identificar enfoques, explicar técnicas, diseñar estrategias y evaluar métodos de intervención.

Cómo se evalúa: Examen final que incluye análisis de caso, desarrollo de un plan de intervención, diseño estratégico y ensayo crítico.

Instrumento sugerido: Examen escrito con preguntas de desarrollo y análisis, más entrega de un portafolio con los productos clave elaborados durante la unidad.

Unidad 14: Desarrollo de Habilidades para la Vida

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar y explicar las competencias transversales esenciales para la toma de decisiones saludables y responsables en contextos universitarios.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar técnicas de autorregulación emocional y resolución de problemas en escenarios simulados de toma de decisiones.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar diferentes estrategias preventivas para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas mediante el análisis de casos reales.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar un plan personal de desarrollo de habilidades para la vida que favorezca la toma de decisiones críticas y responsables.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a las Competencias Transversales en la Toma de Decisiones

- Definición y relevancia de las competencias transversales en contextos universitarios: se discutirá cómo habilidades como la comunicación, el pensamiento crítico, la empatía y la gestión del tiempo influyen en la toma de decisiones.
- Identificación de competencias esenciales para decisiones saludables y responsables: análisis de competencias clave para el bienestar y éxito personal y académico.

2. Autorregulación Emocional en la Toma de Decisiones

- Concepto y componentes de la autorregulación emocional: reconocimiento, comprensión y manejo de emociones.
- Técnicas prácticas para la gestión emocional: mindfulness, respiración consciente, y reestructuración cognitiva.
- Aplicación de la autorregulación emocional en escenarios universitarios: manejo del estrés, ansiedad y presión social.

3. Resolución de Problemas en Contextos de Decisión

- Proceso estructurado de resolución de problemas: identificación, análisis, generación de alternativas, evaluación y toma de decisión.
- Herramientas para la toma de decisiones: matriz de pros y contras, pensamiento crítico y creativo.
- Simulación de escenarios complejos para practicar resolución de problemas.

4. Estrategias Preventivas para Minimizar Riesgos en la Toma de Decisiones

- Análisis de casos reales: identificación de errores comunes y consecuencias.
- Estrategias preventivas: planificación anticipada, consulta y apoyo social, y establecimiento de límites personales.
- Evaluación crítica de diferentes enfoques para la prevención de riesgos asociados a decisiones erróneas.

5. Diseño de un Plan Personal de Desarrollo de Habilidades para la Vida

- Componentes de un plan personal: metas, estrategias, recursos y cronograma.
- Autoevaluación de competencias actuales y áreas de mejora.
- Integración de técnicas de autorregulación emocional y resolución de problemas en el plan personal.
- Formulación de indicadores de éxito y mecanismos de seguimiento y ajuste.

Actividades

Actividad 1: Mapeo de Competencias Transversales

Objetivo: Identificar y explicar competencias transversales esenciales para la toma de decisiones saludables y responsables.

Descripción:

- Individualmente, cada estudiante recibe una lista de competencias transversales y debe clasificarlas según su relevancia en la toma de decisiones universitarias.
- En parejas, comparan y discuten sus clasificaciones, argumentando sus elecciones.
- En grupos de cuatro, elaboran una definición consensuada de las competencias más relevantes y presentan un breve informe al resto del grupo.

Organización: Individual, parejas y grupos.

Producto esperado: Informe grupal con definición y justificación de competencias clave.

Duración estimada: 90 minutos.

Actividad 2: Simulación de Autorregulación Emocional

Objetivo: Aplicar técnicas de autorregulación emocional en escenarios simulados de toma de decisiones.

Descripción:

- Se presentan diferentes situaciones de toma de decisión con alta carga emocional (por ejemplo, presión para rendir exámenes, conflictos interpersonales).
- En parejas, un estudiante interpreta al sujeto enfrentando la situación y el otro actúa como facilitador para guiarlo en la aplicación de técnicas de autorregulación (respiración, mindfulness, reestructuración cognitiva).
- Rotación de roles para que ambos practiquen.
- Debate grupal sobre la experiencia, dificultades y beneficios observados.

Organización: Parejas y grupo grande.

Producto esperado: Reflexión escrita individual sobre la experiencia y aplicación de técnicas.

Duración estimada: 120 minutos.

Actividad 3: Análisis y Evaluación de Casos Reales

Objetivo: Evaluar estrategias preventivas para minimizar riesgos asociados a decisiones erróneas mediante análisis de casos reales.

Descripción:

- Se distribuyen casos reales relacionados con decisiones problemáticas de jóvenes universitarios.
- En grupos de tres a cuatro, analizan el caso, identifican errores en la toma de decisiones y proponen estrategias preventivas.
- Preparan una presentación para compartir sus conclusiones y recomendaciones con el resto del grupo.

Organización: Grupos pequeños.

Producto esperado: Presentación grupal con análisis y estrategias preventivas.

Duración estimada: 90 minutos.

Actividad 4: Diseño del Plan Personal de Desarrollo de Habilidades para la Vida

Objetivo: Diseñar un plan personal que favorezca la toma de decisiones críticas y responsables.

Descripción:

- Individualmente, el estudiante realiza una autoevaluación de sus competencias relacionadas con la toma de decisiones.
- Con base en los resultados y lo aprendido, diseña un plan que incluya objetivos específicos, estrategias para mejorar habilidades, recursos a utilizar y un cronograma.
- Compartir el plan en pequeños grupos para recibir retroalimentación constructiva.
- Revisión y ajuste final del plan personal.

Organización: Individual y grupos pequeños.

Producto esperado: Plan personal de desarrollo escrito y revisado.

Duración estimada: 150 minutos.

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre competencias transversales y estrategias personales de toma de decisiones.

Cómo se evalúa: Cuestionario de opción múltiple y preguntas abiertas sobre experiencias previas.

Instrumento sugerido: Test digital o en papel al inicio de la unidad, con 10-15 preguntas.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Aplicación práctica de técnicas de autorregulación emocional, capacidad analítica en casos reales y desarrollo de competencias.

Cómo se evalúa: Observación directa durante actividades, revisión de productos parciales (informes y presentaciones), participación en debates y retroalimentación entre pares.

Instrumento sugerido: Rúbricas específicas para cada actividad y checklist de participación.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Diseño y calidad del plan personal de desarrollo de habilidades para la vida, demostración de comprensión integral de la unidad.

Cómo se evalúa: Evaluación escrita del plan personal, considerando coherencia, pertinencia, aplicabilidad y reflexión crítica.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada de evaluación del plan personal con criterios de contenido, claridad, viabilidad y profundidad reflexiva.

Unidad 15: Proyecto Final: Análisis y Propuesta de Intervención

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar un caso real o hipotético relacionado con decisiones de jóvenes universitarios, identificando las consecuencias personales, sociales y académicas presentes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar modelos y teorías psicológicas pertinentes para explicar la dinámica de la toma de decisiones en el caso seleccionado.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar los factores que influyen en la toma de decisiones dentro del contexto del caso, considerando su impacto en la vida universitaria.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar y proponer estrategias de intervención fundamentadas en los aprendizajes del curso, orientadas a prevenir riesgos y mejorar la toma de decisiones.

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de elaborar un informe escrito y una presentación oral que integren el análisis y la propuesta de intervención, demostrando reflexión crítica y responsabilidad.

Contenidos Temáticos

1. Introducción al Proyecto Final

- Descripción general del proyecto y sus objetivos
- Revisión de criterios y expectativas para el análisis y la intervención
- Lineamientos para la selección de casos reales o hipotéticos

2. Análisis del Caso: Identificación de Decisiones y Consecuencias

- Caracterización del caso seleccionado: contexto, protagonistas y situación
- Identificación de decisiones clave tomadas por jóvenes universitarios en el caso
- Detección y análisis de consecuencias personales, sociales y académicas derivadas de esas decisiones
- Uso de herramientas analíticas para organizar la información (mapas conceptuales, tablas de consecuencias)

3. Aplicación de Modelos y Teorías Psicológicas

- Revisión de modelos psicológicos relevantes para la toma de decisiones (por ejemplo, Teoría del Comportamiento Planeado, Modelo de Proceso Dual, Teoría de la Autodeterminación)
- Selección y justificación del modelo o teoría más pertinente para explicar la dinámica del caso
- Aplicación práctica de los modelos para interpretar las elecciones y comportamientos observados
- Discusión de limitaciones y alcances de las teorías aplicadas

4. Evaluación de Factores Influyentes en la Toma de Decisiones

- Identificación de factores internos (motivaciones, emociones, creencias) y externos (contexto social, académico, cultural) que afectan las decisiones
- Análisis del impacto de dichos factores en la vida universitaria y en el desarrollo personal del joven
- Consideración de riesgos potenciales y oportunidades de cambio
- Integración de evidencia teórica y empírica para fundamentar el análisis

5. Diseño y Propuesta de Estrategias de Intervención

- Principios para el diseño de intervenciones efectivas basadas en psicología de la decisión
- Propuestas concretas orientadas a prevenir riesgos y mejorar la toma de decisiones en jóvenes universitarios
- Justificación teórica y práctica de las estrategias sugeridas
- Planificación de acciones, recursos necesarios y posibles indicadores de éxito

6. Elaboración del Informe Final y Presentación Oral

- Estructura y formato del informe escrito: introducción, desarrollo, conclusiones y bibliografía

- Consejos para la redacción clara, coherente y crítica
- Preparación y diseño de la presentación oral: recursos visuales, manejo del tiempo y comunicación efectiva
- Prácticas de autoevaluación y retroalimentación entre pares

Actividades

Actividad 1: Selección y Descripción Detallada del Caso

Objetivo: Contribuir al análisis de un caso real o hipotético y la identificación de consecuencias (Objetivo 1).

Descripción:

- Los estudiantes eligen un caso relacionado con decisiones de jóvenes universitarios (puede ser real o inventado con base en experiencias comunes).
- Recopilan información relevante y describen el contexto, protagonistas y situación.
- Identifican y listan las decisiones clave y sus consecuencias personales, sociales y académicas.
- Comparten un resumen inicial para recibir retroalimentación del docente y compañeros.

Organización: Individual

Producto esperado: Documento descriptivo del caso con identificación preliminar de decisiones y consecuencias.

Duración estimada: 3 horas

Actividad 2: Aplicación de Teorías Psicológicas al Caso

Objetivo: Aplicar modelos y teorías psicológicas para explicar la dinámica de la toma de decisiones (Objetivo 2).

Descripción:

- Los estudiantes revisan modelos y teorías psicológicas estudiadas durante el curso.
- Seleccionan la o las teorías que mejor expliquen las decisiones y conductas del caso elegido.
- Elaboran un análisis escrito donde aplican dichas teorías para interpretar el comportamiento de los jóvenes en el caso.
- Discuten en grupos pequeños las posibles limitaciones o aspectos no contemplados por dichas teorías.

Organización: Individual con discusión en grupos de 3-4 personas

Producto esperado: Informe teórico aplicado y resumen de discusión grupal.

Duración estimada: 4 horas

Actividad 3: Evaluación de Factores y Diseño de Estrategias de Intervención

Objetivo: Evaluar factores que influyen en la toma de decisiones y diseñar estrategias de intervención (Objetivos 3 y 4).

Descripción:

- En equipos, los estudiantes identifican factores internos y externos que influyen en el caso.
- Analizan su impacto y elaboran una propuesta de intervención basada en los aprendizajes del curso.

- Diseñan un plan de acción con estrategias concretas para prevenir riesgos y mejorar decisiones.
- Preparan una presentación para compartir su propuesta con el grupo y recibir retroalimentación.

Organización: Grupos de 4-5 personas

Producto esperado: Documento con propuesta de intervención y presentación oral.

Duración estimada: 6 horas

Actividad 4: Elaboración y Presentación del Informe Final

Objetivo: Elaborar un informe escrito y una presentación oral integrando análisis y propuesta con reflexión crítica (Objetivo 5).

Descripción:

- Los estudiantes redactan un informe final que integra el análisis del caso, aplicación teórica, evaluación de factores y propuesta de intervención.
- Preparan una presentación oral clara y estructurada para exponer su trabajo.
- Realizan una sesión de presentación ante el grupo o en modalidad virtual, recibiendo retroalimentación del docente y compañeros.
- Realizan una autoevaluación y reflexión crítica sobre el proceso y el producto.

Organización: Individual

Producto esperado: Informe escrito completo y presentación oral.

Duración estimada: 5 horas

Evaluación

Evaluación Diagnóstica

Qué se evalúa: Comprensión inicial del análisis de casos y conocimiento previo sobre teorías de toma de decisiones.

Cómo se evalúa: A través de una encuesta o cuestionario corto que explora la capacidad para identificar decisiones y consecuencias, así como conocimientos básicos de teoría psicológica.

Instrumento sugerido: Cuestionario en línea con preguntas abiertas y de opción múltiple.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Progreso en la descripción del caso, aplicación teórica, análisis de factores y diseño de estrategias.

Cómo se evalúa: Revisión y retroalimentación de borradores, participación en discusiones grupales y presentaciones preliminares.

Instrumento sugerido: Rúbricas para cada entregable parcial y observación directa en sesiones de trabajo grupal.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Calidad integral del informe final y la presentación oral, considerando profundidad analítica, aplicación teórica, creatividad en la propuesta, y capacidad de comunicación.

Cómo se evalúa: Evaluación con rúbrica que contemple criterios de análisis crítico, fundamentación teórica, pertinencia de la intervención, redacción, y habilidades orales.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada para informe y presentación, junto con autoevaluación y coevaluación entre pares.

Unidad 16: Reflexión Final y Evaluación Integral

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar de manera crítica las decisiones tomadas durante el curso, identificando sus consecuencias personales, sociales y académicas mediante un ensayo reflexivo.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la aplicación de modelos y teorías psicológicas en situaciones planteadas durante el curso, mediante la resolución de un caso práctico integral.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de sintetizar los factores que influyen en la toma de decisiones y su impacto en la vida universitaria, presentando un informe que integre aprendizajes y evidencias recopiladas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar estrategias preventivas fundamentadas en el análisis de decisiones erróneas, empleando ejemplos reales para proponer soluciones viables.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de autoevaluar su proceso de aprendizaje y responsabilidad en la toma de decisiones mediante una rúbrica de reflexión personal y retroalimentación grupal.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la reflexión final

- Importancia de la reflexión en el proceso de aprendizaje y toma de decisiones.
- Objetivos y expectativas de la unidad.

2. Análisis crítico de decisiones tomadas

- Identificación de decisiones clave abordadas en el curso.
- Consecuencias personales, sociales y académicas de dichas decisiones.
- Metodología para la elaboración de un ensayo reflexivo.

3. Aplicación de modelos y teorías psicológicas

- Repaso breve de los modelos y teorías estudiados durante el curso (ej. teoría del comportamiento planificado, heurísticas, sesgos cognitivos, teoría de la autodeterminación).
- Metodología para evaluar situaciones reales mediante casos prácticos.
- Resolución integral de un caso práctico que involucre múltiples teorías.

4. Síntesis de factores que influyen en la toma de decisiones

- Factores psicológicos, sociales, emocionales y contextuales.

- Impacto de estos factores en la vida universitaria.
- Elaboración de un informe integrador con evidencias y aprendizajes del curso.

5. Diseño de estrategias preventivas basadas en análisis de decisiones erróneas

- Identificación de errores comunes en la toma de decisiones.
- Uso de ejemplos reales y análisis crítico.
- Diseño de estrategias prácticas para prevenir errores y mejorar la toma de decisiones.

6. Autoevaluación y retroalimentación grupal

- Importancia de la autoevaluación en el desarrollo personal y académico.
- Rúbrica para reflexión personal sobre el proceso de aprendizaje y responsabilidad en la toma de decisiones.
- Dinámicas para retroalimentación grupal constructiva.

Actividades

Ensayo reflexivo: Análisis crítico de decisiones personales

Objetivo: Analizar de manera crítica las decisiones tomadas durante el curso y sus consecuencias personales, sociales y académicas.

Descripción:

- El estudiante selecciona al menos tres decisiones discutidas durante el curso que haya experimentado o analizado.
- Escribe un ensayo de 1000-1200 palabras donde reflexione sobre cada decisión, considerando sus impactos en diferentes ámbitos.
- Incluye referencias a conceptos y teorías vistas en el curso para fundamentar el análisis.

Organización: Individual

Producto esperado: Ensayo reflexivo entregado en formato digital.

Duración estimada: 3 horas

Resolución de caso práctico integral

Objetivo: Evaluar la aplicación de modelos y teorías psicológicas en situaciones planteadas durante el curso.

Descripción:

- Se presenta un caso complejo relacionado con la toma de decisiones en un contexto universitario.
- En grupos, los estudiantes analizan el caso aplicando diversas teorías y modelos estudiados.
- Elaboran un informe que explique cómo cada teoría ayuda a entender las decisiones del caso y proponen alternativas basadas en esos modelos.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes

Producto esperado: Informe grupal con análisis teórico y propuestas.

Duración estimada: 4 horas (2 para análisis y 2 para elaboración del informe)

Informe integrador: Factores y su impacto en la vida universitaria

Objetivo: Sintetizar los factores que influyen en la toma de decisiones y su impacto en la vida universitaria.

Descripción:

- Individualmente, los estudiantes recopilan evidencias y aprendizajes de todas las unidades del curso.
- Elaboran un informe que integre los factores psicológicos, sociales y emocionales, explicando su relevancia y consecuencias.
- Incluyen referencias a estudios, ejemplos y experiencias personales o de compañeros.

Organización: Individual

Producto esperado: Informe integrador de 1500 palabras.

Duración estimada: 3 horas

Diseño de estrategias preventivas y presentación

Objetivo: Diseñar estrategias preventivas fundamentadas en el análisis de decisiones erróneas usando ejemplos reales.

Descripción:

- En grupos, los estudiantes identifican al menos dos errores comunes en la toma de decisiones universitarias basados en ejemplos reales o del curso.
- Desarrollan estrategias preventivas concretas y viables para evitar esos errores.
- Preparan una presentación oral de 10 minutos para compartir sus estrategias con el grupo.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes

Producto esperado: Presentación oral y documento resumen de estrategias.

Duración estimada: 3 horas (2 para diseño y 1 para presentaciones)

Autoevaluación y retroalimentación grupal

Objetivo: Autoevaluar el proceso de aprendizaje y la responsabilidad en la toma de decisiones mediante una rúbrica y fomentar la retroalimentación grupal.

Descripción:

- Cada estudiante completa una rúbrica de autoevaluación reflexionando sobre sus aprendizajes, fortalezas y áreas de mejora.
- En grupos pequeños, comparten sus reflexiones y brindan retroalimentación constructiva mutua.
- Se registran acuerdos y compromisos para el aprendizaje futuro.

Organización: Inicialmente individual, luego grupos pequeños (4-5 estudiantes)

Producto esperado: Rúbrica completada y resumen de retroalimentación grupal.

Duración estimada: 2 horas

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre toma de decisiones, comprensión de modelos psicológicos básicos y experiencias personales relevantes.

Cómo se evalúa: Cuestionario inicial con preguntas abiertas y de opción múltiple para identificar nivel de conocimiento y expectativas.

Instrumento sugerido: Plataforma digital con cuestionario en línea o formulario impreso.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en la comprensión y aplicación de teorías, capacidad analítica, habilidades de síntesis, participación en actividades grupales y calidad de retroalimentación.

Cómo se evalúa: Revisión continua de actividades (ensayo, casos prácticos, informes), observación de interacciones grupales, retroalimentación docente y entre pares.

Instrumento sugerido: Listas de cotejo para actividades, rúbricas para ensayos y presentaciones, notas de observación del docente.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Dominio integral de contenidos, capacidad crítica, aplicación práctica de modelos, síntesis de conocimientos, diseño de estrategias preventivas y autoevaluación.

Cómo se evalúa: Calificación del ensayo reflexivo, informe del caso práctico, informe integrador, presentación de estrategias y autoevaluación con rúbrica.

Instrumento sugerido: Rúbricas detalladas para cada producto final que consideren criterios como claridad, profundidad, fundamentación teórica, creatividad y reflexión crítica.