

## Ejercicio: Las decisiones tienen consecuencias

Tomamos miles de decisiones todos los días. Muchas son fáciles, pero otros son complejas, estresantes o ambas. Debido a que hay tantas decisiones y porque son literalmente bifurcaciones en el camino con un gran impacto en los resultados, el coste, el tiempo, los sentimientos y las relaciones, la forma de tomar decisiones es extremadamente importante. Es por eso que la toma de decisiones es una prioridad máxima cuando trabajamos con nuestros usuarios para partir de cierta claridad. Pero, ¿cómo afrontar la toma de decisiones difíciles? A veces nos cuesta tomar una decisión debido a varios factores:

- Miedo de tomar la decisión equivocada.
- No sabemos qué consecuencias tendrá esa decisión.
- Tenemos demasiada información desorganizada y no sabemos cuál es relevante.
- No estamos acostumbrados a tomar decisiones importantes todos los días.

Escribir tus diferentes opciones es un método efectivo si ya tienes un objetivo claro y necesitas sopesar las posibilidades que tienes para alcanzarlo, ya que te ayuda a analizar los impactos negativos que puede tener cada decisión. También es adecuado para decisiones que no pueden responderse con un simple sí o no. Visualizar cada opción por escrito le da más estructura a su proceso de pensamiento y ciñe la decisión.

Para este ejercicio, necesitas al menos 20 minutos. Si puedes, pide feedback a tus compañeros sobre el resultado.

### 1. Identifica los pasos del proceso de toma de decisiones:

- Describe tu problema.
- Aclara el objetivo: ¿Qué quieres lograr con tu decisión y por qué?
- Describe tus opciones.
- Describe las consecuencias de cada opción, tanto positivas como negativas.
- Evalúa las probabilidades: hay algunas consecuencias que tienen más probabilidades de ocurrir que otras, debes tenerlo en cuenta a la hora de tomar decisiones.
- Priorizar: Después de describir los posibles resultados, evalúa el alto o bajo impacto de las consecuencias.
- Evalúa las consecuencias y toma la decisión.
- (O sigue los 8 pasos para tomar una buena decisión [\[LINK\]](#) en el ejercicio anterior).

2. Identificar y explicar los factores que pueden afectar el proceso de toma de decisiones y dar ejemplos de decisiones que hayan sido influidas por uno o más de estos factores (por ejemplo, valores económicos, sociales, personales, etc.).
3. Identifica y explica las estrategias de toma de decisiones que hayas utilizado en el pasado y da ejemplos de cuándo las utilizaste.
4. Identifica cómo las estrategias funcionaron o no. ¿Qué factores pudieron haber influido en la elección de estrategias?
5. ¿Qué consecuencias tuvo eso?

Ahora, aplica tus habilidades para la toma de decisiones:

- Identifica tres decisiones que estás tratando de tomar (por ejemplo, tomar un año sabático, mudarse de casa, comprar un coche, cambiar de trabajo, etc.).
- Aplica tu estrategia de toma de decisiones a cada decisión.
- Analizar las decisiones: ¿Qué consecuencias pueden tener?