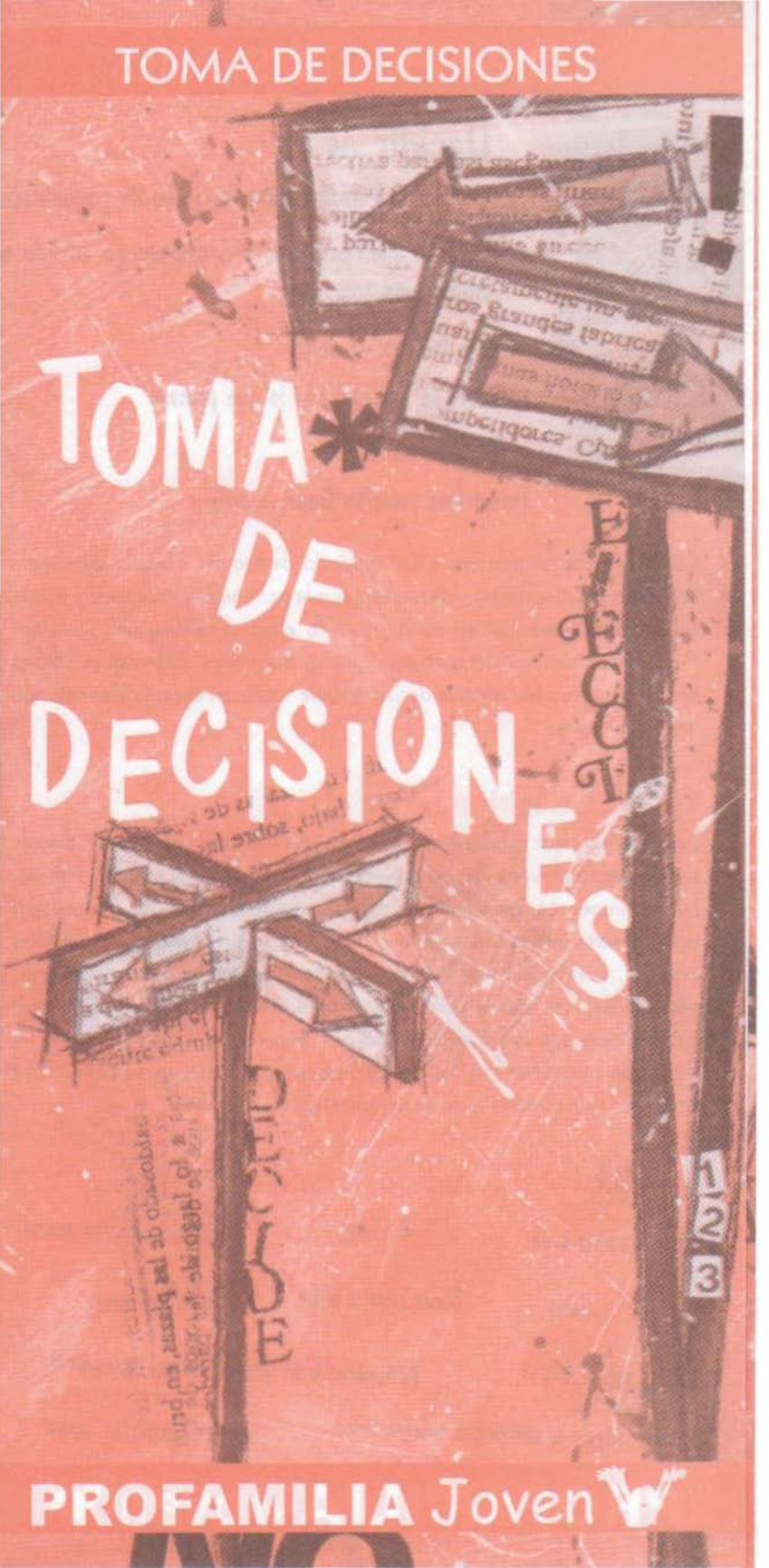


TOMA DE DECISIONES

TOMA* DE DECISIONES



PROFAMILIA Joven



TOMA DE DECISIONES

Decidir es...

- Escoger una opción entre un grupo de posibilidades
- Elegir lo que consideras más conveniente basado en información completa
- Acordar una situación
- Obrar de acuerdo con lo que piensas
- Resolver un asunto
- Tomar una posición frente a algo

Continuamente las personas están tomando decisiones. Hacerlo de manera acertada y positiva para la vida requiere que la persona esté informada y evalúe las opciones, para que así pueda resolver, elegir o cambiar una situación. Algunas personas podrían considerar que hay decisiones fáciles y otras difíciles de elegir, incluso hay algunas decisiones que requieren asesoría y orientación de otras personas.

Tipos de decisiones

Las decisiones que tomas tienen diferentes implicaciones para tu vida, algunas pueden ser negativas e incluso ponerte en riesgo o arriesgar a otras personas. Las decisiones son, en su gran mayoría, un acto personal aunque en ocasiones podrían verse influenciadas, motivadas, e incluso presionadas, por factores externos. Podrías calificarlas como importantes o no de acuerdo con tus necesidades, creencias y valores. Existen otras situaciones que requieren tomar una decisión que afecta a un grupo o a la pareja. En cualquier caso, las decisiones que tomes o en las que participes deben tener consecuencias que beneficien tu bienestar y el de las personas que te rodean.

Algunas decisiones personales:

Tener pareja o no

Estudiar

Tener una relación sexual

Votar

Tener hijos e hijas

Vivir en pareja

Estar solo o sola

Pertenecer a un grupo, equipo, agremiación

Elegir la pareja que quieres tener

Orientación sexual

PROFAMILIA Joven



TOMA DE DECISIONES

Decisiones en pareja:

Tener o no relaciones sexuales

Vivir en pareja

Dividir los bienes adquiridos de manera conjunta

Tener o no hijos

Hacer inversiones

Compartir el tiempo libre

Las decisiones relacionadas con la salud y la sexualidad, si bien son personales también pueden afectar a la pareja.

Decisiones para objetivos comunes:

- Conseguir beneficios para el grupo o la comunidad de la que haces parte (Organización de eventos, Junta de Acción Comunal, grupos comunitarios).
- Exigencias de derechos para beneficios comunes (protestas masivas para cambiar un líder, para obtener servicios públicos, educación, para recibir servicios de salud y en general cualquier mecanismo de participación ciudadana).
- A nivel familiar: inversiones, viajes, mejoras locativas, ahorros, disminución de gastos.
- Votar.

Hay decisiones que son más sencillas de tomar que otras, eso depende de cada persona, de sus prioridades y valores, de la situación en que se encuentra, de las consecuencias que le puedan generar, de si son viables o no. Por ejemplo, para muchas personas tener pareja o vivir en pareja puede resultarles una decisión fácil, agradable y común. Para otras, puede ser una decisión difícil.



TOMA DE DECISIONES

Decisiones sencillas

- La ropa que te vas a colocar
 - La emisora que deseas escuchar
- Lo que deseas comer
- Lo que vas a hacer en tu tiempo libre
 - El tipo de transporte que vas a utilizar

Decisiones difíciles

- Decisiones relacionadas con la salud, la enfermedad y la vida de sí mismo o de los seres queridos.
- Elegir entre dos ofertas de empleo que de igual manera representen beneficios, satisfacción y estabilidad para la persona
- Tomar decisiones por otras personas que no lo pueden hacer por sí mismas.

Hay cosas que no puedes decidir:

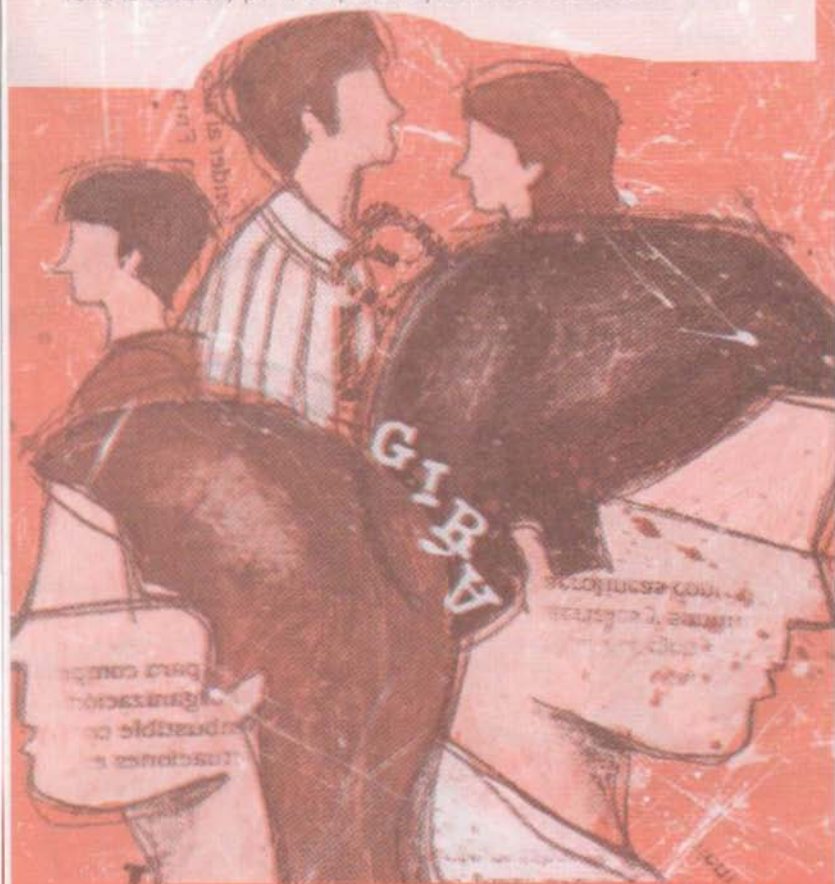
- El país donde naciste
 - El sexo (nacer hombre o nacer mujer)
- La familia en que naciste

TOMA DE DECISIONES

Las decisiones que cada persona toma están influenciadas por quienes la rodean, por sus emociones, creencias personales, capacidades, experiencias y tienen que ver con sus derechos. Una persona sólo puede ejercer y exigir sus derechos cuando los conoce, está bien informada, los siente como propios y los pone en práctica, lo que le permitirá tomar una decisión adecuada para sí misma y para otras personas.

Recomendaciones para tomar decisiones:

- No permitas que otras personas te presionen frente a la decisión que debes tomar
 - Define exactamente cuál es la situación frente a la cual debes tomar la decisión
- Revisa las opciones que tienes frente a esa decisión, analiza, evalúa y elige la más conveniente para tu vida.
 - Si sientes que es una decisión muy difícil puedes buscar ayuda
- Toma la decisión, ponla en práctica y evalúa los resultados



TOMA DE DECISIONES

Profamilia

Joven

Promueve y defiende los derechos
sexuales y reproductivos
de los y las jóvenes.

LÍNEA GRATUITA
NACIONAL

01 8000 1 10900

Página web

www.profamilia.org.co/profamiliajoven

Correo electrónico

info@profamilia.org.co

La página web de PROFAMILIA Joven te permite acceder a información completa, sencilla y ágil sobre sexualidad y todos los temas relacionados. También puedes encontrar videos educativos y publicaciones, noticias y actualidad, programas especiales y redes de jóvenes. A través de esta página puedes consultar y preguntar las dudas e inquietudes que tengas, pues un experto te las responderá.

PROFAMILIA Joven 