

La toma de decisiones en los estudiantes de grado 11.º de la Institución Educativa Municipal Luis Delfín Insuasty Rodríguez INEM, Pasto

Ángela María Achicanoy Aza

Estudiante de Psicología
Universidad Mariana

En el marco del proyecto de práctica realizado en la Institución Educativa Municipal Luis Delfín Insuasty Rodríguez Inem-Pasto, se desarrolló el tema de habilidades para la vida en el entorno escolar, ya que es una herramienta clave para fortalecer la salud mental y promover una convivencia positiva. Estas habilidades no solo impactan el ambiente de aprendizaje y las relaciones entre los estudiantes, sino su rendimiento académico, ya que varios factores influyen en el clima escolar. Por ello, es vital fomentar la salud mental en los colegios y, de esta manera, crear un entorno enriquecedor y positivo.

La interacción de habilidades para la vida en las instituciones es efectiva, ya que la capacidad de trabajo en equipo y la comunicación son claras y proactivas, y estos aspectos son fundamentales para el éxito académico, pues proveen una perspectiva holística de impacto dentro del aprendizaje.

Dentro de estas habilidades, la inteligencia emocional es esencial, puesto que permite a los estudiantes identificar, entender y manejar sus emociones, lo que es crucial para su bienestar personal y emocional. De esta manera, la comunicación efectiva-assertiva implica expresarse apropiadamente, tanto verbal como no verbalmente, adaptándose al contexto. Finalmente, la habilidad de toma de decisiones les ayuda a gestionar sus elecciones conscientemente, asumiendo la responsabilidad de sus acciones y evaluando opciones de forma reflexiva.

Bajo este contexto, es importante prevalecer el desarrollo de habilidades como la inteligencia emocional, la comunicación efectiva-assertiva y la toma de decisiones, dado que se contribuye a crear un ambiente escolar que favorezca la convivencia positiva y el crecimiento personal de los estudiantes. Wehmeyer et al. (2019) aseguran que los individuos asumen decisiones con base en su perspectiva y competencia personal. En este sentido, la integración de la convivencia escolar y la salud mental dentro de un proyecto educativo es un enfoque novedoso, ante el cual se debe poner énfasis en la calidad de las relaciones entre los estudiantes; de esta manera, su bienestar emocional brinda una perspectiva integral y completa de la experiencia escolar. Esta nueva forma de abordar el tema resalta las conexiones entre la convivencia y la salud mental, facilitando herramientas prácticas para fomentar un ambiente de respeto mutuo y cuidado emocional.

La inclusión de un proyecto que aborde estos temas resulta favorable para toda la comunidad educativa, ya que ofrece estrategias y herramientas útiles para crear un entorno escolar saludable, disminuyendo los conflictos y los problemas relacionados con la salud mental. Así mismo, se prepara a los estudiantes con habilidades socioemocionales y de comunicación efectiva-assertiva, ayudándolos a enfrentar los desafíos de forma constructiva. Finalmente, este proyecto mejora la calidad de vida de los estudiantes y favorece su desarrollo académico y emocional, promoviendo una cultura de respeto y bienestar. Para lograrlo, en primer lugar, se realizó un diagnóstico en la Institución Educativa Municipal Inem Pasto y, seguidamente, se planteó un objetivo general y cuatro objetivos específicos, los cuales se nombra a continuación: Objetivo general: Contribuir al fortalecimiento de una sana convivencia escolar a través

del entrenamiento en habilidades para la vida. Como primer objetivo específico se planteó identificar con docentes y estudiantes aquellas habilidades para la vida que aportan en una sana convivencia escolar; el segundo objetivo consistió en la realización de talleres en el aula sobre habilidades para la vida; el tercer objetivo hizo referencia al desarrollo en los estudiantes de grado 11° para que desarrollen un pensamiento crítico y autónomo y una adecuada toma de decisiones.

La metodología realizada incluyó la elaboración de dos talleres participativos, cada uno diseñado para abordar aspectos específicos que mejoren la capacidad de tomar decisiones al terminar el bachillerato. En este sentido, se realizó una encuesta a docentes y coordinadores, con el fin de determinar las problemáticas a nivel de salud mental y convivencia escolar de los estudiantes de grado 11° de la institución. Los resultados arrojaron que las principales problemáticas de convivencia que afectan a los estudiantes están relacionadas con dificultades en las relaciones interpersonales y emocionales, causadas principalmente por un manejo inadecuado de los conflictos, la influencia negativa del entorno familiar, el uso inadecuado de las tecnologías y la falta de un proyecto de vida definido. Las habilidades para la vida que más influyen en esta convivencia son el control de las emociones, las relaciones interpersonales, la resolución de problemas y conflictos y, la toma de decisiones.

El segundo taller de habilidades para la vida fue ‘Toma de decisiones’. Los estudiantes en este encuentro realizaron una Matriz DOFA, la cual revela que las experiencias estudiantiles están marcadas por desafíos como la procrastinación, el miedo al fracaso y limitaciones económicas que afectan tanto el rendimiento académico como el bienestar emocional. Aunque existen oportunidades como el acceso a becas y el apoyo familiar, los estudiantes enfrentan presiones sociales y competencia, lo cual puede impactar su autoestima. Esto resalta la importancia de desarrollar habilidades socioemocionales y flexibilidad ante un futuro incierto. De acuerdo con lo mencionado, según la Universidad de los Andes Colombia (2023) la Matriz DOFA es una herramienta útil para la toma de decisiones, ya que permite identificar factores que estén afectando la vida cotidiana, analizando debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas, dando decisiones informadas que maximicen los resultados positivos y minimicen los riesgos.

Finalmente, el tercer taller se enfocó en aumentar habilidades para la vida para que los estudiantes generen un pensamiento crítico y autónomo. Durante esta sesión, adquirieron un alto nivel de participación, comunicación asertiva y empatía. El trabajo en equipo permitió que se coordinaran de forma adecuada, construyendo diversas ideas y perspectivas para proponer soluciones claras y estructuradas. Así mismo, la actividad reforzó en ellos, habilidades comunicativas, lo cual demostró que la dinámica promovió un ambiente de aprendizaje colaborativo que favorece el desarrollo integral de competencias interpersonales.

Cabe resaltar que en cada taller se proporcionó un espacio seguro y de apoyo para que los estudiantes de grado 11° aprendieran a reconocer y manejar adecuadamente sus emociones, promoviendo un entorno de apoyo que favorezca el éxito y el bienestar integral de los estudiantes. Este enfoque práctico y participativo permitió que los estudiantes se sintieran motivados y seguros al tomar una decisión que sea acorde con su futuro y estilo de vida. Los resultados del proyecto demostraron que los estudiantes experimentaron mejoras significativas después de participar en los talleres de la Matriz Dofa y de toma de decisiones, ya que estos talleres les permitieron reflexionar sobre sus habilidades, desafíos y aspiraciones, lo cual dio como resultado, un mayor autoconocimiento y claridad en sus objetivos académicos y personales, de modo que cada uno logró visualizar con mayor claridad su futuro después de graduarse, percibiendo los pasos necesarios para alcanzar cada una de sus metas y construir una vida con éxito.



Figura 1

Evidencia fotográfica



Nota. Ángela María Achicanoy Aza

Referencias

Universidad de los Andes Colombia. (2023) ¿Qué es una matriz DOFA? <https://programas.uniandes.edu.co/blog/que-es-una-matriz-dofa-descubre-como-usar-esta-herramienta-para-potenciar-tus-fortalezas>

Wehmeyer, M., Nota, L., Soresi, S., Shogren, K., Morningstar, M. Ferrari, L., Sgaramella, T., & DiMaggio, I. (2019). A crisis in career development: Life designing and implications for transition. *Career Development and Transition for Exceptional Individuals*, 42(3). <https://doi.org/10.1177/2165143417750092>