

CON ADMIRACIÓN Y RESPETO DE LOS AUTORES ORIGINALES DE ESTE ARTICULO LO PONEMOS A DISPOSICIÓN DE QUIENES VISITEN NUESTRA TIENDA YA QUE ESTAMOS SEGUROS DE QUE EL MISMO CONTRIBUIRA A SU DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL.

## Curso La toma de decisiones

Por Olivia Villoria Quijada

La capacidad de tomar decisiones es una de las cualidades que nos hacen esencialmente humanos, junto con la libertad, la responsabilidad, la creatividad, entre otras. Esto significa que, aunque no nos percatemos de ello, permanentemente hacemos elecciones. Los consejos que recoge este curso pueden hacer más sencilla tu elección

### Capítulo 1: Tomar decisiones

La capacidad de tomar decisiones es una de las cualidades que nos hacen esencialmente humanos, junto con la libertad, la responsabilidad, la creatividad, entre otras.

Esto significa que, aunque no nos percatemos de ello, permanentemente hacemos elecciones. Imaginemos por ejemplo un día cualquiera de nuestras vidas: a qué hora nos levantamos, si desayunaremos o no, qué ropa nos pondremos, con quién nos reuniremos, qué opinaremos en una discusión, cuánto tiempo al día dedicaremos al estudio, y pare de contar porque la lista es infinita e ilustra cómo a cada rato elegimos hacer algo.

Las decisiones pueden ser triviales, como seleccionar entre un helado de fresa y uno de chocolate; importantes, como elegir una profesión o una pareja; o trascendentales, cuando involucran el destino y la vida de los seres humanos, como ocurre con las grandes decisiones políticas (Casado y otros, 2000).

A medida que el hombre se hace adulto, las escogencias que debe realizar se hacen cada vez más complejas, a la par que aumentan no sólo las opciones o alternativas disponibles, sino la cantidad y calidad de la información necesaria para decidir.

Para complicar el panorama, muchas veces no prestamos atención a la manera como elegimos, o nos caracteriza la inseguridad, o no empleamos las estrategias o técnicas adecuadas, o tenemos bloqueos personales, etc. El mensaje positivo que deseo transmitirles es que podemos aprender a tomar decisiones, esto es, podemos desaprender las conductas inadecuadas y adquirir formas más eficientes y efectivas para elegir.

Finalmente, un dicho propio de la tradición oral de la Isla de Margarita (Venezuela) refleja sin lugar a dudas el conflicto implícito en un momento en que es necesario elegir entre dos alternativas:

No sé qué hacer

Si salir o no salir

Si salgo soy vagabundo

Y si no salgo soy vil

## Capítulo 2: Etapas en la toma de decisiones

Más que un evento, la toma de decisiones es un proceso; esto es, en lugar de un hecho puntual, aislado, la misma transcurre alrededor de una serie de fases o etapas interconectadas.

No obstante, ante una situación de toma de decisiones las personas no actúan necesariamente de una manera metódica, desde la primera hasta la última fase; algunas parecen progresar linealmente mientras que en otras se producen grandes fluctuaciones.

Cada fase supone la presencia de ciertas actitudes y la realización de diversas tareas, cumplidas las cuales se avanza hacia la fase subsiguiente. Si la persona omite cualquiera de ellas antes de comprometerse con una opción particular, o lleva a cabo alguna(s) descuidadamente, se dificulta la toma de una decisión acertada.

Los teóricos de la elección vocacional - entre ellos Súper, Ginzberg y Tiedeman- conciben la misma como un proceso continuo que evoluciona a través de cierto número de etapas. Otros investigadores, al estudiar la toma de decisiones generales, la conciben también como un proceso; entre ellos Irving Janis quien propone un modelo de cinco etapas principales que llevan a una decisión estable, y Theodore Rubin que delinea un proceso conformado por ocho fases.

Hemos hecho una integración personal de los planteamientos de los dos últimos autores para elaborar lo que, a nuestro juicio, resume el proceso de toma de decisiones, a lo largo de cinco etapas:

### **PRIMERA ETAPA: NECESIDAD DE TOMAR UNA DECISIÓN.**

La toma de decisiones comienza cuando una persona se enfrenta a una nueva situación que implica amenazas (por ejemplo, someterse a una cirugía o dejar de tomar, por razones de salud) u oportunidades (tal como radicarse en otra ciudad, elegir una carrera o contraer matrimonio). Para que sea una situación de decisión debe presentarse la posibilidad de escoger -por lo menos- dos alternativas.

Una actitud deseable en esta fase consiste en examinar si la probable amenaza u oportunidad es lo suficientemente importante como para justificar el esfuerzo de tomar una decisión al respecto. Si la respuesta es negativa, la persona continuará con su línea de conducta habitual, pero si es afirmativa aceptará el reto y optará por otra línea de acción, continuándose así el progreso a lo largo de las posteriores etapas.

### **SEGUNDA ETAPA: ENUMERACIÓN DE LAS ALTERNATIVAS, OPCIONES O CURSOS DE ACCIÓN DISPONIBLES.**

Una vez que se acepta que es necesario adoptar una decisión, se analizan los objetivos relacionados con ella y se buscan las alternativas, opciones o cursos de acción disponibles para lograr los objetivos relacionados con la decisión.

La actitud provechosa debe ser de apertura, flexibilidad, libertad y creatividad, para generar opciones que permitan contar con una lista lo suficientemente amplia. Conviene dar la misma atención a todas las opciones que surjan, por ridículas, incoherentes e improbables que resulten más tarde, evitando que una evaluación racional y objetiva desempeñe algún papel.

La ayuda externa puede ser muy útil, siempre que la persona no descuide su propia lista de opciones y no se le imponga una alternativa que ella no se haya formulado.

### **TERCERA ETAPA: EVALUACIÓN DE LAS ALTERNATIVAS, OPCIONES O CURSOS DE ACCIÓN DISPONIBLES.**

En esta etapa se estudia cuidadosamente la lista generada en la etapa anterior. Se dejan fluir libremente los sentimientos y pensamientos que suscita cada una de las alternativas, se analizan y valoran los mismos, y se establece una relación entre las opciones y las prioridades personales. En otras palabras, se consideran las ventajas y limitaciones de cada alternativa.

A diferencia de la etapa anterior, acá debe tomar lugar una evaluación racional y objetiva. La tarea implicada tiene que ver con la recolección y valoración de información personal (a través de la autoexploración y autoanálisis) e información externa, bien sea social, ocupacional o educativa, dependiendo de la decisión involucrada, requiriéndose la participación activa de la persona que elige, en la búsqueda de la información.

### **CUARTA ETAPA: DECISIÓN PROVISIONAL O TENTATIVA.**

Luego de evaluar cada alternativa se cuenta con una opción preferida; la atención se centra sobre ésta, se percibe como la más idónea y se descartan las otras opciones para allanar el camino a la elegida.

La persona considera cómo ponerla en práctica y cómo transmitir a otros la intención de hacerlo. Antes de permitir que otros conozcan la línea de acción que ha elegido -especialmente si ésta es polémica, como renunciar al empleo- elabora estrategias para asegurar el éxito de la nueva decisión y evitar la desaprobación de los demás. Además, reexamina la información recogida sobre probables dificultades prácticas para implementar la decisión, piensa en cómo vencerlas y hace planes por si las pérdidas llegan a materializarse.

#### **QUINTA ETAPA: COMPROMISO Y AJUSTE A LA DECISIÓN.**

En esta etapa se lleva a la práctica la decisión provisional. La alternativa elegida se convierte en acción, es decir, se la dota de sentimientos y pensamientos, se invierte tiempo y energía en ella, y se rechazan finalmente por completo las opciones no elegidas. La persona se muestra satisfecha con la opción elegida y la lleva a cabo con optimismo. Se producen sentimientos de bienestar, seguridad y autoconfianza.

Si ocurren contratiempos menores, la persona puede vacilar temporalmente, pero lleva a cabo su decisión. Pero si se presentan desafíos, pérdidas o insatisfacciones más serias, se recorren de nuevo las sucesivas etapas para buscar una alternativa mejor, aunque esta vez con la ventaja que supone la experiencia positiva, producto del aprendizaje obtenido.

## **Capítulo 3: La elección vocacional**

Una de las tareas del desarrollo que el ser humano debe enfrentar, generalmente alrededor de la adolescencia, tiene que ver con la elección de una ocupación, profesión o vocación la cual -como afirmábamos en un artículo anterior- constituye una de las decisiones más importantes a tomar.

El asunto de la decisión vocacional es tan significativo, que ha ocupado la atención de teóricos e investigadores, quienes han propuesto numerosos modelos que explican la escogencia y desarrollo vocacional. No es nuestro objetivo discutirlos acá; sólo adelantaremos que existen **teorías no psicológicas** (explican el problema de la escogencia por medio de factores externos al individuo), **teorías psicológicas** (consideran al individuo como variable fundamental en el proceso de la elección vocacional) y **teorías generales** (no encajan en las categorías anteriores porque, o son interdisciplinarias, o son modificaciones de modelos evolutivos, o están basadas en tipologías).

**Ahora bien, ¿qué es lo que hace de la elección vocacional un tópico tan prioritario?**

No podemos perder de vista que invertimos la mayor parte de nuestras vidas desarrollando actividades relacionadas con el estudio y el trabajo. De tal decisión

depende en gran parte nuestro futuro profesional y vital; más específicamente, de ella depende que seamos exitosos o no en el estudio y en el trabajo; que nos sintamos satisfechos o no en el estudio y el trabajo; que tengamos o no utilidad social; que tengamos o no empleo en el futuro; que contribuyamos o no con el desarrollo del país; que sintamos o no bienestar personal, que experimentemos o no crecimiento personal (Casado y otros, 2000).

No obstante, muchas veces tomamos decisiones contrarias a nuestras características personales, valores, motivaciones, metas, posibilidades, etc. y nos basamos en la moda, el prestigio, la influencia de amigos, las presiones familiares, los personajes que vemos en los medios de comunicación, los gustos pasajeros, entre otros.

### **¿Qué podemos hacer para asegurarnos de que esta importante decisión sea lo más acertada posible?**

En primer lugar, debemos tener claro que la decisión es responsabilidad de quien la toma y no de quien nos ayuda a tomarla, bien sea un profesional como el orientador o psicólogo, el maestro o profesor, o un familiar, como nuestros padres.

En segundo lugar, tomar decisiones de cualquier tipo siempre se da bajo condiciones de incertidumbre, es decir, supone ciertos riesgos porque no podemos a priori controlar todos los factores involucrados.

En tercer lugar, para hacer una escogencia adecuada es necesario recolectar la mejor y mayor información posible, evaluar la misma y analizarla, tomando en cuenta que en su búsqueda nuestra participación debe ser muy activa.

### **¿Qué información es necesaria y cómo recolectarla?**

Información sobre nosotros mismos: la recabamos autoanalizándonos, autoevaluándonos, tomando en cuenta lo que nos gusta y disgusta, precisando lo que sabemos y no sabemos hacer, conociendo la opinión de los demás sobre nosotros.

Información sobre las posibilidades de estudio existentes en el país o en el extranjero: podemos recogerla consultando publicaciones, monografías, folletos; observando películas y programas audiovisuales, visitando instituciones, conversando con estudiantes, profesores y profesionales.

Información sobre las áreas del desarrollo económico del país, y las profesiones y su campo de trabajo: la recolectamos estudiando publicaciones, visitando instituciones, entrevistando a personas autorizadas.

Esperamos que esta breve discusión sea de utilidad, sobre todo a los jóvenes que afrontan la necesidad de elegir una carrera y, por ende, una

ocupación. En el próximo artículo nos referiremos a los bloqueos personales que obstaculizan la toma de decisiones.

Emendaciones generales para superar los obstáculos.

**FUENTE:** <http://www.mailxmail.com/autor-olivia-villoria>