

NUEVO MODELO DE

ABORDAJE PSICOSOCIAL

¡POSITIVAMENTE MÁS!

Vicepresidencia de Promoción y Prevención



**PROGRAMA DE SEGURIDAD BASADA EN LOS VALORES Y LA
AUTOESTIMA**

**“FORTALEZCAMOS EL BIENESTAR EMOCIONAL PARA ENFRENTAR
SITUACIONES DE ALTO RIESGO CON EQUILIBRIO Y
RESPONSABILIDAD”**

Guía del facilitador



Tu salud y tú

son nuestra prioridad para seguir

+POSITIVAMENTE MÁS+

SANOS, SEGUROS Y FELICES

MICROCICLO
3

**TOMANDO DECISIONES CON
BASE EN MIS VALORES**



SALUDO DE BIENVENIDA

PRESENTACIÓN DEL PROFESIONAL



Tu salud y tú

son nuestra prioridad para seguir

+POSITIVAMENTE MÁS+

SANOS, SEGUROS Y FELICES

OBJETIVO

Aprender a tomar decisiones seguras y conscientes, fundamentadas en los valores personales.



METODOLOGÍA

Enfoque interactivo, con actividades individuales, reflexión grupal y trabajo en equipo.



AGENDA DEL TALLER

- Bienvenida e introducción.
- Explicación de los valores.
- Actividad 1: “Identificación de valores”.
- Actividad 2: “Aplicación en dilemas éticos”.
- Cierre y reflexión final.



PRESENTACIÓN - IMPORTANCIA DE LOS VALORES

Los valores son nuestra brújula interna. Nos ayudan a orientarnos en situaciones complejas y a tomar decisiones coherentes con nuestras creencias y objetivos.



¿QUÉ SON LOS VALORES?

Principios que guían nuestro comportamiento y decisiones.



RELACIÓN VALORES / DECISIONES

Contenido:

Valores - Decisiones - Resultados coherentes

Diseño sugerido:

- **Gráfico:** Se recomienda un diagrama de flujo simple con flechas que conecten las siguientes etapas: Valores (ubicados a la izquierda) - Decisiones (al centro) - Resultados coherentes (a la derecha).
- **Colores:** Se sugiere el uso de tonos suaves y armoniosos para diferenciar cada etapa: Valores: Azul claro, representando estabilidad y confianza. Decisiones: Verde suave, simbolizando crecimiento y equilibrio. Resultados coherentes: Dorado o amarillo pálido, reflejando éxito y logro.
- **Estilo:** Las flechas deben conectar las etapas de manera fluida, evidenciando la progresión entre cada paso. Se recomienda el uso de bloques o círculos de bordes suaves para contener los términos, manteniendo un diseño limpio y sin sobrecargar la diapositiva.

EJEMPLOS PRÁCTICOS

Ejemplos:

- Actuar con honestidad en una situación laboral.
- Defender a otra persona frente a una injusticia.
- Priorizar el respeto durante una discusión.

REFLEXIÓN INICIAL

¿Qué valores cree que guían sus decisiones más importantes?



IDENTIFICACIÓN DE LOS VALORES PERSONALES

Descripción: Los participantes reflexionarán sobre los valores que guían sus decisiones en la vida cotidiana.

Objetivo: Facilitar el reconocimiento de los valores personales y profesionales que influyen en sus elecciones.

Metodología: Dinámicas grupales e individuales diseñadas para fomentar la reflexión.

APLICACIÓN DE VALORES EN DILEMAS ÉTICOS

Descripción: Los participantes analizarán dilemas éticos y discutirán la influencia de sus valores en la toma de decisiones.

Objetivo: Comprender el papel de los valores como guía en la toma de decisiones ante situaciones complejas.

Metodología: Análisis de casos reales y realización de ejercicios prácticos.

Para la identificación de valores personales: Utilizar un ícono de brújula o corazón para representar el autoconocimiento.

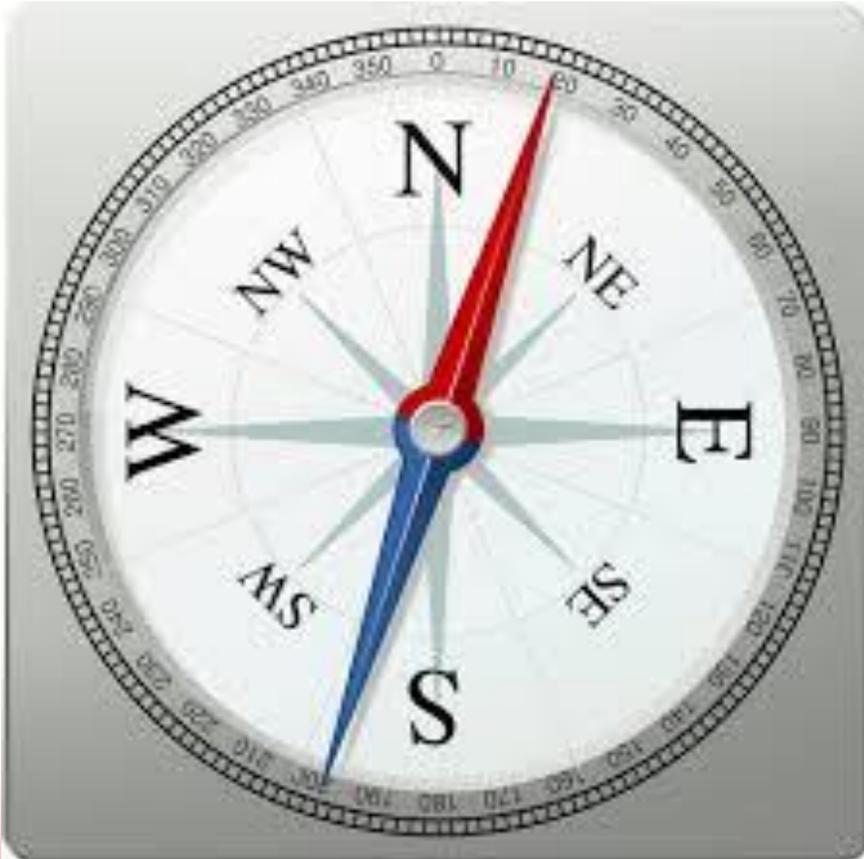
Para la aplicación de valores en dilemas éticos: Emplear un ícono de balanza o una encrucijada para simbolizar el análisis ético.

Colores: Se recomienda una paleta calmada y profesional:

- Azul claro para la identificación de valores.
- Verde para la reflexión ética.
- Toques de dorado para resaltar puntos clave.

Distribución: El contenido debe dividirse en dos bloques visuales, asegurando que cada elemento se distinga claramente. Se sugiere el uso de flechas o líneas suaves para conectar las ideas de manera fluida.

ACTIVIDAD 1 - LA BRÚJULA DE MIS DECISIONES



Espacio para que cada grupo comparta sus conclusiones.

INSTRUCCIONES

Dibujar una brújula en una hoja.

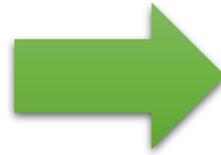


Colocar un valor clave en cada uno de los cuatro puntos cardinales (norte, sur, este, oeste).

EJEMPLO VISUAL DE UNA BRÚJULA COMPLETA

¿Qué son los valores?

Los valores son principios o creencias que orientan el comportamiento y permiten distinguir entre lo correcto y lo incorrecto.



Valores como integridad, respeto, justicia y compasión.

“Los valores son el núcleo de nuestras decisiones y acciones”.

Tiempo para
reflexionar



Tómese 5 minutos para
identificar sus valores
clave y colocarlos en la
brújula.

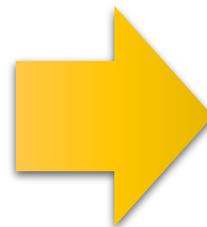


Reflexión Individual

- ¿Qué valores guían sus decisiones más importantes?
- ¿Cómo se relacionan estos valores con su vida diaria?



PREGUNTAS PARA EL GRUPO



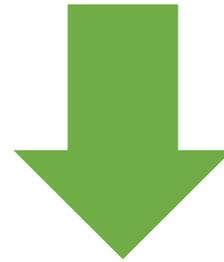
- ¿Qué ha aprendido al identificar sus valores?
- ¿De qué manera considera que este ejercicio le ayudará a tomar decisiones más seguras en el futuro?



El propósito es fomentar una discusión grupal en la que los participantes compartan sus aprendizajes y expongan cómo planean aplicar sus valores en la vida diaria.



IMPACTO DE LOS VALORES EN LA SEGURIDAD PERSONAL

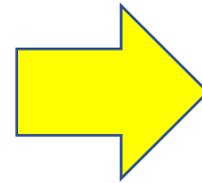


Los valores influyen directamente en nuestra seguridad personal porque guían nuestras decisiones y comportamientos, ayudándonos a actuar de manera coherente con nuestras convicciones y a evitar situaciones de riesgo.

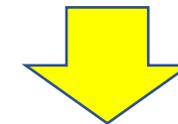
Ejemplo: “Si mis valores incluyen la honestidad y la justicia, tomaré decisiones que no solo me beneficien a mí, sino también a los demás, promoviendo un entorno de confianza y reduciendo la posibilidad de conflictos o consecuencias negativas”.

LECCIONES CLAVE

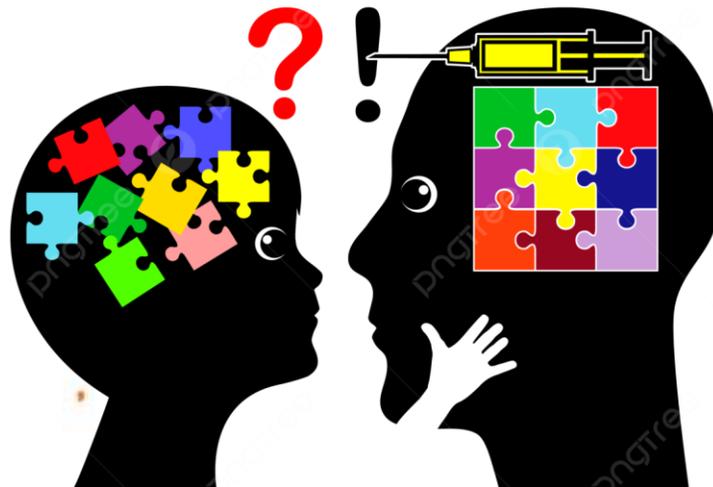
Los valores orientan nuestras decisiones, especialmente en momentos clave.



El conocimiento de nuestros valores brinda seguridad y coherencia en nuestras acciones.



Actuar conforme a nuestros valores fortalece nuestra integridad personal y facilita la toma de decisiones.

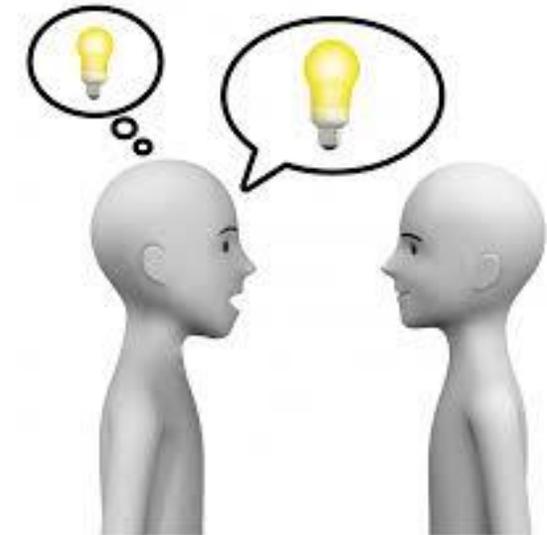


VOLUNTARIOS COMPARTIENDO



Espacio para que los participantes compartan lo aprendido y reflexionen en público si lo desean.

La brújula de sus decisiones lo guiará siempre hacia un camino claro y seguro. ¡Gracias por participar!



ACTIVIDAD 2 - EL DILEMA ÉTICO / TOMANDO DECISIONES BASADAS EN VALORES

Una herramienta para fortalecer la confianza y la autoestima.

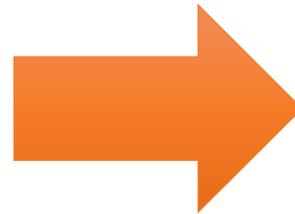
Imagen: Persona en un cruce de caminos.

Explicación:

- Dé la bienvenida al grupo.
- Introduzca el propósito de la actividad: fomentar la toma de decisiones conscientes ante dilemas comunes.

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD

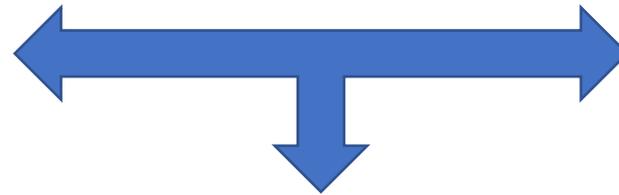
Practicar la toma de decisiones conscientes en situaciones difíciles, donde los valores pueden entrar en conflicto.



Fortalecer la seguridad y la coherencia personal.

¿QUÉ ES UN DILEMA ÉTICO?

Situaciones en las que diferentes valores entran en conflicto, haciendo que tomar una decisión sea un desafío.

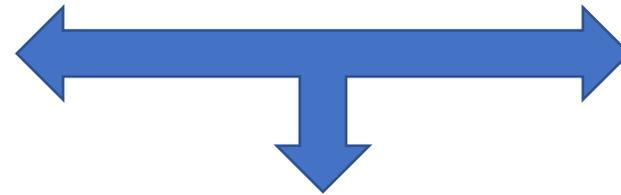


Un dilema ético es una situación en la que entran en conflicto distintos valores o principios, dificultando la toma de decisiones.

Estos dilemas suelen surgir cuando las opciones disponibles implican consecuencias éticas significativas y ninguna parece ser completamente “correcta”.

EXPLICACIÓN DINÁMICA

En el trabajo: ¿Ser transparente sobre un error o proteger la reputación del equipo?



En la familia: ¿Decir algo necesario, aunque pueda herir, o permanecer en silencio para evitar un conflicto?

Estas situaciones ponen a prueba nuestra capacidad para priorizar valores y analizar las consecuencias de nuestras decisiones.

PRESENTACIÓN DEL DILEMA 1

Dilema ético - Honestidad vs. Lealtad

Situación: Un amigo le pide que mienta para cubrirlo en el trabajo. ¿Qué haría?

Valores en juego:

- **Honestidad:** Decir la verdad para mantener la integridad personal.
- **Lealtad:** Apoyar a un amigo y proteger su situación.

PRESENTACIÓN DEL DILEMA 2

Dilema ético - Justicia vs. Miedo

Situación: Observa una injusticia en su comunidad, pero teme las repercusiones de intervenir. ¿Qué haría?

Valores en juego:

Justicia: Actuar para corregir una situación injusta.

Seguridad personal: Protegerse de posibles consecuencias negativas.

PRESENTACIÓN DEL DILEMA 3

Dilema ético - Integridad vs. Aceptación social

Situación: Siente presión social para actuar en contra de sus valores personales. ¿Qué haría?

Valores en juego:

Integridad: Mantenerse fiel a los propios principios y valores.

Aceptación social: Adaptarse al grupo para evitar el rechazo.

Seguridad personal: Protegerse de posibles consecuencias negativas.

REFLEXIÓN INDIVIDUAL

Instrucciones:

- Elija uno de los dilemas planteados.
- Reflexione en silencio sobre cómo respondería.
- Considere los valores que guían su decisión.



PREPARACIÓN PARA LA DISCUSIÓN GRUPAL



Instrucciones:

- Forme grupos de 3 o 4 personas.
- Comparta su decisión con el grupo.
- Explique qué valores influyeron en su elección.

Fomente un espacio seguro y respetuoso para el intercambio de perspectivas.

PROPÓSITO DE LA ACTIVIDAD

- Identificar cómo respetar los valores contribuye a generar confianza.
- Reconocer la diversidad de perspectivas enriquece el análisis.

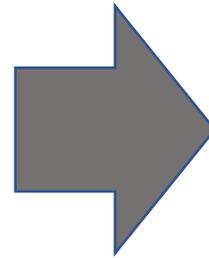


Compartir diferentes puntos de vista amplía la comprensión y fortalece el respeto mutuo.

EJEMPLO DE RESPUESTA

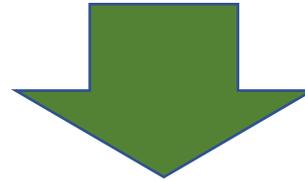
Dilema: Un amigo te pide mentir para cubrirlo en el trabajo.

Respuesta: Decidí ser honesto porque valoro la integridad sobre la lealtad.



Nota: Esta respuesta sirve como modelo para estructurar una reflexión clara y alineada con los valores personales.

OBSERVACIONES COMUNES



- Fue difícil priorizar entre la justicia y el miedo.
- Seguir mis valores me hace sentir más seguro.



Resuma los patrones principales observados durante la actividad.

PREGUNTAS PARA PROFUNDIZAR

¿Qué ha
aprendido sobre
sus valores?

¿En qué dilema le
resultó más difícil
mantenerse
firme?

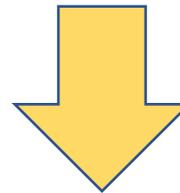
¿Qué haría
diferente la
próxima vez?



COMPROMISO PERSONAL

Escriba una acción diaria para vivir de acuerdo con sus valores.

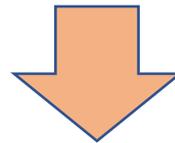
Ejemplo: “Seré honesto, incluso cuando sea difícil”.



Refuerce el compromiso individual con los valores y promueva la coherencia en las acciones diarias.

PREGUNTA MOTIVACIONAL

¿Qué significa para usted ser fiel a sus valores?



Reflexión personal y grupal.

HERRAMIENTAS PARA EL FUTURO

Instrucciones:

- Utilizar un diario para reflexionar sobre los valores personales.
- Compartir experiencias éticas con otras personas.
- Proporcionar recursos que faciliten la continuidad del aprendizaje.



INSTRUCCIONES PARA CREAR EL ESCUDO

Instrucciones detalladas:

- Dibujar un escudo dividido en cuatro secciones.
- En cada sección, escribir los valores correspondientes.
- Decorar y personalizar el escudo con dibujos o símbolos que representen dichos valores.
- Reflexionar sobre la elección de esos valores y analizar cómo influyen en la vida personal.



EJEMPLO INSPIRADOR - FIDELIDAD A LOS VALORES

Breve relato sobre Malala Yousafzai:

Malala Yousafzai enfrentó la adversidad al defender el derecho a la educación de las niñas en Pakistán. A pesar de los riesgos y de haber sufrido un atentado contra su vida, mantuvo su compromiso con la justicia y la igualdad. Su valentía no solo transformó la realidad de su comunidad, sino que también inspiró un movimiento global.

Explicación:

- Destaca cómo la fidelidad a los valores puede convertir situaciones adversas en oportunidades de cambio significativo.
- Establece una conexión con la vida cotidiana de los participantes, demostrando que las decisiones éticas no solo generan un impacto personal, sino que también repercuten en el ámbito social.

CONCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD

Ahora que todos han compartido sus brújulas,
reflexionemos sobre lo que aprendimos.

¿Cómo pueden apoyarnos en nuestra vida diaria?



COMPARTIR REFLEXIONES DESTACADAS

Alguien de cada grupo puede compartir una reflexión interesante o algo que les haya impactado al escuchar a sus compañeros.



REFLEXIÓN FINAL

Preguntas para la reflexión final:

- ¿Qué valores considera importante fortalecer en su vida?
- ¿De qué manera estos valores le han ayudado a superar desafíos personales?



CIERRE Y AGRADECIMIENTOS

Gracias por participar. Espero que esta actividad haya sido de ayuda para identificar y reflexionar sobre los valores que le representan y cómo estos pueden orientarle hacia una vida más plena y consciente.

Recuerde siempre que sus valores son una guía poderosa. Vivir de acuerdo con ellos permitirá generar un impacto positivo en su bienestar emocional y autoestima.



¡Gracias por su participación activa en esta reflexión! Nos vemos en la próxima actividad.

AGRADECIMIENTO FINAL



Gracias por participar.

¡Sus valores son su brújula para una vida más plena y consciente!



Tu salud y tú

son nuestra prioridad para seguir

+POSITIVAMENTE MÁS+

SANOS, SEGUROS Y FELICES

