

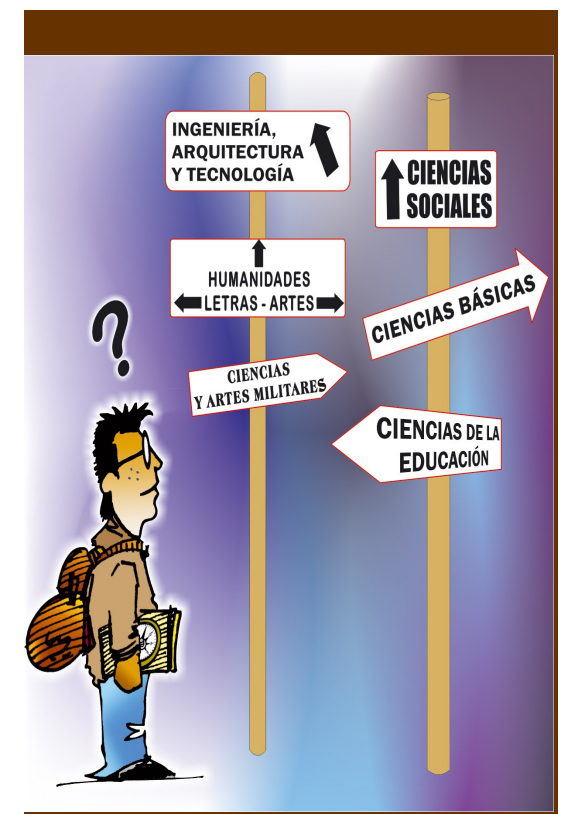
En este punto te debes sentir confiado de todo el trabajo que has realizado y debes mantener este sentimiento de autoconfianza mientras llevas a cabo tu plan de acción.

7. **Evaluación de los resultados**— una vez puesto en marcha el plan de acción, debes evaluar cuáles son los resultados de tu decisión. Ningún ser humano es perfecto. Si la decisión tomada no fue la mejor puedes evaluarla.

**RECUERDA**  
*QUE TODA DECISIÓN QUE TOMES PUEDE AFECTAR POSITIVA O NEGATIVAMENTE TU VIDA YA SEA A CORTO O LARGO PLAZO.*  
**¡NO LO OLVIDES!**



# Toma tus propias decisiones



# La toma de decisiones

En la **toma de decisiones** un individuo se enfrenta a varias alternativas que resuelven un problema o situación y, luego de analizar cada una de ellas debe elegir cual es la mejor para llevar a cabo.

La vida se compone de decisiones. Una decisión es una destreza que te puede ayudar a elegir lo que es necesario o correcto para ti.

**Es un proceso activo que requiere que tu tomes responsabilidad de ti mismo, tu vida y tu propia felicidad.** Saber como tomar buenas decisiones te llenará de seguridad en los momentos difíciles en los que tienes que elegir entre una u otra cosa.

## Pasos para tomar decisiones

1. **Identifica y establece cual es el problema o situación-** muchas veces las cosas no son como parecen. Debes tener cuidado de no tomar decisiones basándote en las apariencias. Por el contrario, debes entender cualquier situación que pueda ser la fuente del problema. Al examinar el problema desde varios ángulos, podrás definir el problema desde diferentes perspectivas. Entre más puntos de vista tengas sobre la situación, mayores serán tus posibilidades de tomar una buena decisión.
2. **Busca información-** lo ideal es buscar toda la información que puedas sobre la situación que te aqueja. Esto puede incluir consultar con un profesional.
3. **Decídate a tomar acción-** el próximo paso es decidir si necesitas o no tomar acción en estos momentos. Recuerda que decidir no tomar acción en un momento determinado no es lo mismo que evitar o negar el problema.
4. **Desarrolla un plan-** una vez haz analizado el problema y observado desde diferentes ángulos, es hora de planificar cómo llevarás a cabo tu elección. En otras palabras llegó el momento de “tomar una decisión”.
5. **Visualiza tu plan de acción-** no es posible saber de antemano cuál será exactamente el resultado de la decisión que tomarás. Más sin embargo, puedes visualizar cuales serán las posibles consecuencias de la acción que tomarás. Si no te sientes bien con lo que harás, no ignores este sentimiento y trata de entender por qué te sientes incómodo con la decisión.
6. **Toma acción-** una vez completado los demás pasos satisfactoriamente, es tiempo de tomar acción y poner en marcha tu decisión.