



**Nombre: José Luis ramos Gómez**

**Materia: toma de decisiones**

**Cuatrimestre: 8°**

**Carrera: licenciatura en administración de empresas**

**Cuatrimestre: enero- abril**

**Nombre de trabajo: súper nota**

**Unidad temática: unidad 3 y 4**

**Nombre de la unidad temática: toma de decisiones**

## Toma de decisiones

La toma de decisiones es un problema el cual cada persona pasa día a día en su vida cotidiana ya que se nos presenta así sea en una ocasión pequeña o grande esta se divide en seis partes las cuales son:

**Decisión:** Todas las posibles combinaciones que incluyen tanto las acciones a llevar a cabo como las situaciones.

**Resultado:** Hipotéticas situaciones que tendrían lugar si se toma una u otra opción de las decisiones antes señaladas.

**Consecuencia:** Evaluación basada en la subjetividad, por ejemplo ganancias o pérdida.

**Incertidumbre:** Aquí juegan un papel fundamental tanto la probabilidad, como la confianza y posibilidad, frente a lo desconocido, sobre todo cuando no se tiene experiencia en algún problema en particular.

**Preferencias:** Tendencia a tomar una alternativa y no otra, se ve condicionada por la experiencia.

**Toma de decisión:** Acción de decidir

**Juicio:** Evaluación

## Modelo de resolución de problemas

**Definir el problema:** Requiere del análisis de la situación que se enfrenta

**Alternativas posibles:** Son todas las combinaciones de acciones que se pueden tomar

**Prever resultados:** Como hasta ahora son sólo hipótesis, se requiere asociar las posibles consecuencias de cada una de las alternativas.

**Elegir:** Optar por alguna de ellas

**Control:** Es necesario siempre tener todo bajo control sin dejar nada al azar, siendo monitores, responsables y con actitud participativa en el proceso.

**Evaluación:** Ver los pro y los contra de lo que se ha decidido, algo primordial para el aprendizaje.

## Automotivación

Las cinco categorías de necesidades son: fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima y de auto-realización; siendo las necesidades fisiológicas las de más bajo nivel. Maslow también distingue estas necesidades en "deficitarias" (fisiológicas, de seguridad, de amor y pertenencia, de estima) y de "desarrollo del ser" (auto-realización)

**Necesidades fisiológicas:** son de origen biológico y refieren a la supervivencia del hombre; considerando necesidades básicas e incluyen cosas como: necesidad de respirar, de beber agua, de dormir, de comer, de sexo, de refugio

**Necesidades de seguridad:** cuando las necesidades fisiológicas están en su gran parte satisfechas, surge un segundo escalón de necesidades que se orienta a la seguridad personal, el orden, la estabilidad y la protección.

**Necesidades de amor, afecto y pertenencia:** cuando las necesidades anteriores están medianamente satisfechas, la siguiente clase de necesidades contiene el amor, el afecto y la pertenencia o afiliación a un cierto grupo social y buscan superar los sentimientos de soledad y alienación

**Necesidades de estima:** cuando las tres primeras necesidades están medianamente satisfechas, surgen las necesidades de estima que refieren a la autoestima

**Necesidades estéticas:** no son universales, pero al menos ciertos grupos de personas en todas las culturas parecen estar motivadas por la necesidad de belleza exterior y de experiencias estéticas gratificantes

**Necesidades cognitivas:** están asociadas al deseo de conocer, que posee la mayoría de las personas; como resolver misterios, ser curioso e investigar actividades diversas fueron llamadas necesidades cognitivas

**Necesidades de auto-trascendencia:** Hacen referencia a promover una causa más allá de sí mismo y experimentar una comunión fuera de los límites del yo; esto puede significar el servicio hacia otras personas o grupos, el perseguir un ideal o una causa, la fe religiosa, la búsqueda de la ciencia y la unión con lo divino

## Toma de decisiones

## Mecanismos de autocontrol

El psicoanálisis es un procedimiento curativo de los trastornos mentales, principalmente de las neurosis

Un mecanismo de defensa es una técnica utilizada para evitar, negar o distorsionar las fuentes de ansiedad o para mantener una imagen personal idealizada que nos permita vivir cómodamente con nosotros mismos

Los mecanismos de defensa expuestos por Freud son:  
La Negación. Represión.  
Formación reactiva. Regresión.  
Proyección. Racionalización.  
Compensación. Sublimación.

La negación Mediante esta tratamos de protegernos contra la realidad desagradable tratando de negar su existencia

Represión Es cuando aparentemente nos protegemos reprimiendo los pensamientos o impulsos amenazantes y dolorosos

Formación Reactiva En este los impulsos no solo se reprimen, sino que, además se controlan exagerando el comportamiento opuesto

Regresión Es un sentimiento más amplio, la regresión se refiere a cualquier retroceso a situaciones o hábitos anteriores y menos exigentes. Muchos padres que tienen un segundo hijo han tenido que afrontar a alguna forma de regresión de su primogénito

Proyección Este es un proceso inconsciente que nos protege la ansiedad causada por nuestra propias características que de manera consciente consideramos inaceptables

Racionalización Es la que suministra inconscientemente ciertas razones para el comportamiento que nosotros mismos consideramos objetables; el siguiente es un ejemplo típico de racionalización.

Compensación Es una forma de comportamiento por la cual la persona trata de reemplazar algún defecto o falla. Las reacciones compensatorias son defensas contra los sentimientos de inferioridad

Sublimación Se define como la transformación de los deseos frustrados (especialmente los deseos sexuales)

## Reacciones proactivas

El espíritu proactivo permite al individuo aprovechar cualquier dificultad y convertirla en una oportunidad

Estudiar las alternativas de las que disponemos / Asumir que no podemos hacer nada por cambiar las circunstancias.-Buscar un enfoque distinto a nuestra respuesta / Refugiarnos en que somos así y no podemos cambiar nuestra personalidad.-Mantener la calma en todo momento, controlando las emociones / Perder el control ante situaciones adversas o estresantes-Aportar argumentos convincentes para tratar de cambiar los puntos de vista de los demás / Creer que el resto de personas tienen ideas inamovibles.-Decidir actuar tras valorar las opciones y efectos de los actos / Realizar las tareas por obligación.-Ser perseverante / Rendirse.-Ver los cambios como oportunidades / Considerar los cambios como problemas.

Una persona reactiva hará depender su comportamiento de las circunstancias externas

Bibliografía: antología cuatrimestre 8 toma de decisiones

## Toma de decisiones