



MINDLAB · EMOTIONS IN MOTION

# ¿Qué harías si fueras tú?

Bachillerato

15 minutos

Modalidad virtual

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

## OBJETIVO

Fortalecer la toma de decisiones autónoma, el pensamiento crítico y la capacidad de actuar ante la presión social, considerando las consecuencias y la red de apoyo.

## ANTES DE EMPEZAR

Imagina que cada situación te está pasando a ti. No hay respuestas correctas o incorrectas: piensa en las consecuencias, en cómo te sentirías y en a quién podrías acudir.

1

## ESCENARIO 1

### La amistad está en juego

## SITUACIÓN

Tu mejor amigo te cuenta en confianza que no ha entregado un trabajo importante y que está pensando en copiar uno de internet. Te pide que lo ayudes a modificarlo para que el docente no lo descubra. Te dice que, si no lo ayudas, significa que no eres un verdadero amigo. Sabes que está pasando por una situación familiar complicada y no quieres que tenga más problemas.

## EL DILEMA

*¿Lo ayudas a evitar las consecuencias o te niegas, aunque pueda sentir que lo estás abandonando?*

### 1.1 ¿Qué decisión tomarías y por qué?

#### MI RESPUESTA

---

---

---

### 1.2 ¿Cómo podrías ayudar a tu amigo sin hacer algo que consideras incorrecto?

#### MI RESPUESTA

---

---

---

2

## ESCENARIO 2

## El grupo tiene otros planes

## SITUACIÓN

Tus amigos están organizando una reunión el día antes de una evaluación importante. Quieres ir porque últimamente sientes que te estás perdiendo momentos con ellos. Sin embargo, sabes que necesitas estudiar y tus padres te han pedido que cumplas con tus responsabilidades antes de salir. Tus amigos te dicen que siempre pones los estudios primero y que, si no vas, dejarán de invitarte a sus planes.

## EL DILEMA

*¿Vas para evitar sentirte excluido o mantienes tu decisión de estudiar, aunque tengas miedo de perder tu lugar en el grupo?*

## 2.1 ¿Cómo equilibrarías tu vida social y tus responsabilidades?

## MI RESPUESTA

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2.2 ¿Qué alternativa propondrías para no tener que elegir entre todo o nada?

## MI RESPUESTA

---

---

---

---

---

---

---

---

3

## ESCENARIO 3

## ¿Lealtad o responsabilidad?

## SITUACIÓN

En un trabajo grupal, un compañero comparte en el chat una captura de pantalla de una conversación privada de otro compañero para burlarse de él. Algunos se ríen y otros guardan silencio. Tu amigo más cercano también participa y te pide que no digas nada porque podrías generar un conflicto en el grupo. No quieres traicionar a tu amigo ni convertirte en el centro de las críticas, pero tampoco te parece justo lo que está ocurriendo.

## EL DILEMA

*¿Guardas silencio para proteger tu amistad o intervienes, aun sabiendo que podrías tener problemas con el grupo?*

## 3.1 ¿Qué harías para proteger al compañero afectado sin agrandar el conflicto?

## MI RESPUESTA

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 3.2 ¿En qué momento sería importante pedir ayuda a un adulto de confianza?

## MI RESPUESTA

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---