

# TOMO MIS PROPIAS DECISIONES

¿CÓMO CONSTRUYO MI PROPIO CRITERIO?

## ÍNDICE

### DECIDIR Y OPINAR

### CRECER CON AUTONOMÍA

|                                                                          |                               |    |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----|
| Encuentro 1                                                              | Mi huella digital             | 8  |
| → Construcción de la identidad en entornos virtuales y sus implicancias. |                               |    |
| Encuentro 2                                                              | Cuando digo “después lo hago” | 12 |
| → Postergación de tareas y estrategias para gestionar el tiempo.         |                               |    |
| Encuentro 3                                                              | Más allá del algoritmo        | 16 |
| → Funcionamiento de los algoritmos y uso consciente de las pantallas.    |                               |    |
| Encuentro 4                                                              | Saber cuándo pedir ayuda      | 20 |
| → Reconocimiento de señales de alerta y búsqueda de apoyo oportuno.      |                               |    |
| Encuentro 5                                                              | La era de las fake news       | 24 |
| → Análisis crítico de la información y detección de noticias falsas.     |                               |    |
| Encuentro 6                                                              | Mis logros cuentan            | 28 |
| → Reconocimiento de los avances personales y valoración del esfuerzo.    |                               |    |

|                                                                               |                                            |    |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----|
| Encuentro 7                                                                   | <b>¿Cómo usar IA sin dejar de pensar?</b>  | 32 |
| → Uso crítico de la IA como herramienta sin reemplazar el pensamiento propio. |                                            |    |
| Encuentro 8                                                                   | <b>Encuentro estrategias que me sirven</b> | 36 |
| → Selección consciente de técnicas de estudio según las propias necesidades.  |                                            |    |
| Encuentro 9                                                                   | <b>¿Lo elijo yo o lo elige el grupo?</b>   | 40 |
| → Influencia del grupo en las decisiones personales.                          |                                            |    |
| Encuentro 10                                                                  | <b>Volver a intentarlo, pero distinto</b>  | 44 |
| → Revisión de estrategias y búsqueda de nuevas maneras de enfrentar desafíos. |                                            |    |
| Encuentro 11                                                                  | <b>Lo que digo en redes tiene impacto</b>  | 48 |
| → Comunicación clara y cuidadosa en entornos digitales.                       |                                            |    |
| Encuentro 12                                                                  | <b>Entre la escuela y todo lo demás</b>    | 52 |
| → Organización del tiempo entre estudio, ocio y otras actividades.            |                                            |    |
| Encuentro 13                                                                  | <b>Pensar antes de actuar</b>              | 56 |
| → Evaluación de consecuencias antes de tomar decisiones.                      |                                            |    |
| Encuentro 14                                                                  | <b>Monitoreo mi aprendizaje</b>            | 60 |
| → Estrategias para enfrentar dificultades y sostener el esfuerzo.             |                                            |    |
| Encuentro 15                                                                  | <b>No es solo lo que digo</b>              | 64 |
| → Reflexión sobre cómo las palabras influyen en la comunicación.              |                                            |    |
| Encuentro 16                                                                  | <b>Llegar hasta el final</b>               | 68 |
| → Persistencia y compromiso para completar procesos y objetivos.              |                                            |    |
| <b>Anexo: organizadores, planificadores y espacios de registro</b>            |                                            | 72 |