PROPÓSITO:

MOTIVACIÓN:

ASÍ LO HACEN LOS EXPERTOS

UNOS DE PAVO, OTROS DE ATÚN

-Me ha costado más tiempo de lo que pensé, pero por fin logré ahorrar ($150.000) ciento cincuenta mil pesos, de todas mis mesadas y algunos trabajos que hice en la panadería- le dijo muy orgulloso Lito a su hermana Lima.

- Y yo he guardado los ($100.000) cien mil peros que me regalaron en Navidad, pero pienso gastarlos cuando entre al equipo de patinaje, comprare el kit de casco y rodilleras- contestó ella.

-Precisamente de patinaje te quería hablar, pero para que juntemos nuestros ahorros y coloquemos cerca de la pista que hay en el parque, un carrito para vender sánduches de pavo y bebidas frías. Ya hice los cálculos y nos costará alrededor de 200 mil pesos- Propuso Lito.

Tengo el siguiente plan: Si vendemos a $5.000 cinco mil pesos cada sanduche, obtenemos una ganancia de $1.000 mil pesos por cada sanduche. Ahora si vendemos 20 sanduches cada fin de semana, en casi 3 meses recuperaríamos la inversión y después de eso tendríamos un ingreso para nuestros objetivos financieros.

Atraída por la idea de tener un emprendimiento con su hermano, que era muy bueno para hacer planes y cuentas, Lima colocó su parte y juntaron el dinero suficiente para iniciar su negocio cerca de las rampas de patinaje, donde todos los fines de semana se reunían los jóvenes de la ciudad.

El primer día, sus ventas de sánduches de pavo no tuvieron el éxito que ellos querían, puesto que prepararon 20 y sólo lograron vender 12. Pero se llevaron una gran información de los mismos clientes que muchas veces pedían sánduches de atún con té helado, que ellos no ofrecían. Por esto, al día siguiente hicieron los ajusten en su provisión y lograron vender 20 combos de atún más té y 10 combos de pavo con soda ¡Todo un éxito!

Un sábado en el que estaban atendiendo su carrito, Lima se encontró con una amiga del colegio que le contó que el parque abría también en las tardes desde el miércoles y le propuso extender sus ventas ésos días. Había un problema, ni Lito ni Lima podían atender en ése horario puesto que estaban estudiando. Pero su amiga se ofreció a trabajar para ellos los días miércoles, jueves y viernes.

Cuando llegó el primer mes de ventas, se reunieron los dos hermanos para analizar cómo les había ido en el negocio y se dieron cuenta, que después de comprar las bebidas, los ingredientes de los sánduches y de hacerle el pago a su trabajadora, no les quedaban ganancias. Por eso revisaron las cuentas y encontraron que las ventas del miércoles y del jueves no eran lo suficientemente grandes, para que valiera la pena atender ésos días. Por eso decidieron contratar a la amiga de Lima únicamente los viernes. Con éstos ajustes el negocio empezó a despegar.

-Nos ha costado hacer que nuestros sánduches sean un negocio viable- le dijo un poco cansada Lima a su hermano.

-Es verdad- le respondió éste- pero recuerda que, de ahora en adelante, todas las utilidades que tengamos van a convertirse en una entrada constante y muy pronto llegaremos a tener no sólo lo que invertimos, sino que lograremos más.- ¡Es verdad! y pensándolo bien, también conseguimos darle

empleo a mi amiga que lo necesitaba. - dijo emocionada Lima-

EXPLICACIÓN:

APROVISIÓNATE

La observación es un arte, implica separar cada uno de los elementos que conforman un todo y profundizar en cada una de ellas, para comprender su relación. ***Auto observar,*** implica tener la habilidad de observar nuestras acciones y decisiones, para mejorar cada día.

La ***Auto observación,*** nos sirve para reflexionar y observar sobre nuestras propias acciones, pensamientos, habilidades, actitudes, conocimientos y hábitos. Incluye todo lo que puedes decir sobre ti mismo, en cualquier contexto, el propósito es conocerse y darse cuenta de la forma que actúas o tomas decisiones en ciertos momentos.

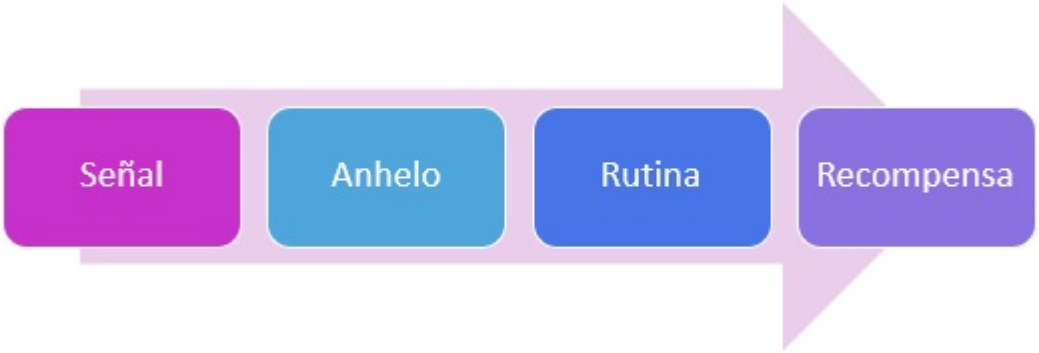
La ***Auto observación,*** se puede convertir en un gran hábito que guie nuestras decisiones, los expedicionarios del conocimiento no solo deben ser ágiles la observar el contexto, también deben desarrollar la habilidad de reflexionar sobre sus propias acciones.

Para desarrollar la ***Auto observación*** puedes trabajar en el juego de STOP. Consiste en una dinámica donde te detienes, quedas congelado y te observas, generando la experiencia que te permita darte cuenta de tus acciones, no estamos juzgando ni calificando, el propósito es parar y observar.

Puedes practicar de la siguiente manera, escucha una de tus canciones favoritas ***Auto observa*** tus pensamientos y emociones, escríbelas.

Los expedicionarios del conocimiento pueden convertir la ***Auto observación*** en un hábito, para cuidar nuestras decisiones financieras, por esa razón vamos a recordar los elementos que componen un habito y como podemos crearlo.

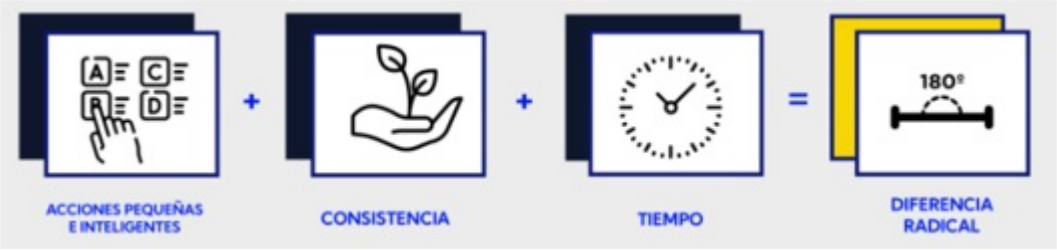
Los hábitos se componen de 4 elementos:



1. Señal	2. Anhelo	3. Respuesta	4. Recompensa
Lo que le indica a tu cerebro que viene una recompensa. *Ejemplo: Te sirven tu helado favorito.*	Es la motivación detrás del hábito, saber que viene una recompensa. *Ejemplo: Sentir cada uno de sus sabores en tu boca.*	Es la acción que realizas. *Ejemplo: Tomas una porción de helado y lo llevas a la boca.*	Lo que quieres que suceda. *Ejemplo: Saborear todos los diferentes ingredientes que tiene tu helado.*
Te dan dinero en tu cumpleaños.	Deseas alcanzar tu meta de ahorro para comprar un juguete nuevo	Guardas el dinero en la alcancía.	Cada vez estas más cerca de lograr tu objetivo financiero.

La ***Auto observación*** se debe convertir en una rutina y la recompensa será ver que puedo cumplir los sueños que me propongo.

Un gran aliado a la hora de crear un hábito es el efecto compuesto, son acciones que repetimos muchas veces y con el tiempo traen un gran beneficio. *Ejemplo: Si todos los días reflexionas en que gastaste tu tiempo o tu dinero, al pasar de un año notaras las habilidades de auto observación que desarrollaste.*



Observa el siguiente video El calentamiento global y como podemos ayudar a reducir con pequeñas acciones la creciente polución

EXPEDICCIONARIO

ARCA DE LA SABIDURIA: A lo largo de la sesión vas a encontrar palabras claves que te ayudaran a desarrollar la competencia, memoriza y consúltalas las veces que sea necesario, las definiciones son tomadas del diccionario de la Real Academia de La Lengua Española.

Necesitas saber qué es ...

Hábito: Acciones que repetimos muchas veces, incluso sin darnos cuenta. *Ejemplo: Limpiarnos las manos antes de comer, jugar cuando me encuentro con mis amigos, alistar la maleta antes de ir al colegio.*

Señal: Lo que le indica a tu cerebro que viene una recompensa. *Ejemplo: Te sirven tu helado favorito.*

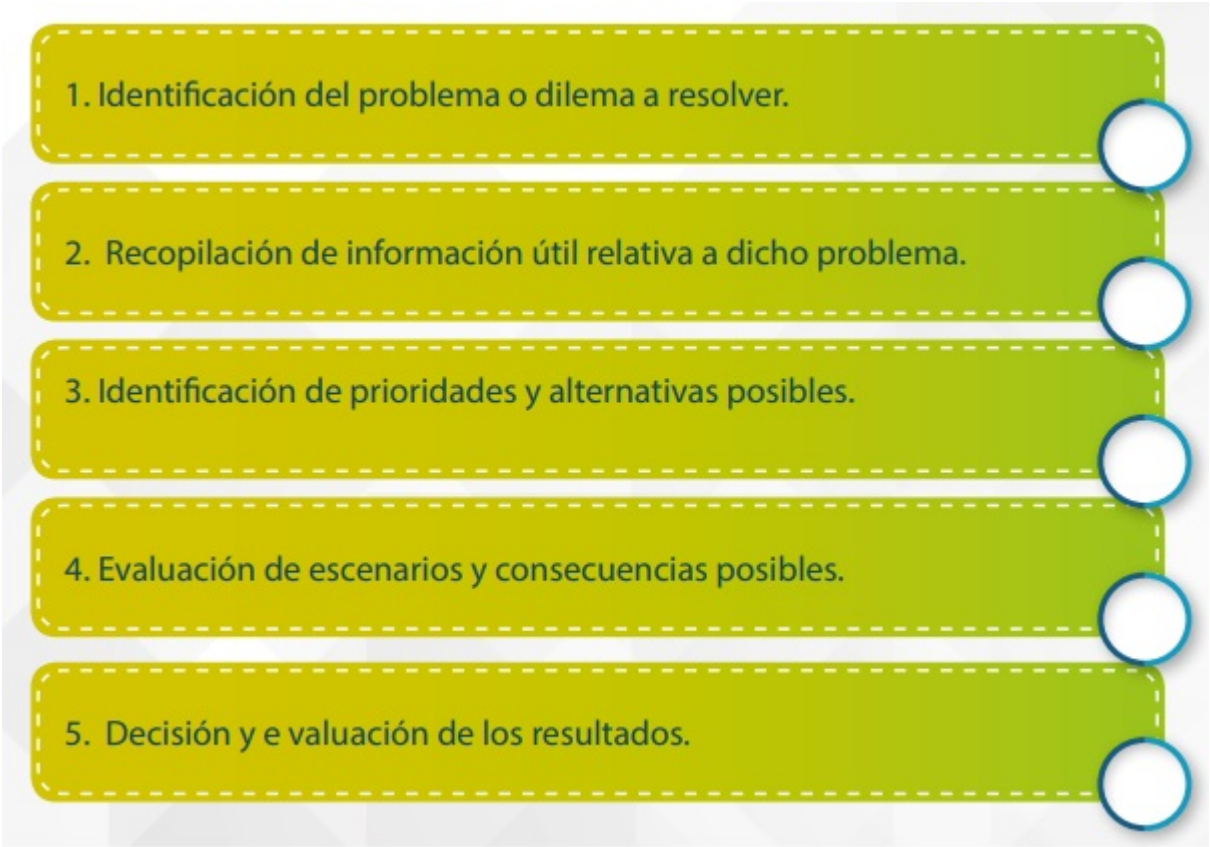
Anhelo: Es la motivación detrás del hábito, saber que viene una recompensa. *Ejemplo: Sentir cada uno de sus sabores en tu boca.*

Respuesta: Es la acción que realizas. *Ejemplo: Tomas una porción de helado y lo llevas a la boca.*

Recompensa: Lo que quieres que suceda. *Ejemplo: Saborear todos los diferentes ingredientes que tiene tu helado.*

EJERCICIOS:

Vuelve a leer la historia de Lito y Lima, marca con una V los pasos que si realizo y con una F los pasos que no utilizo en la toma de decisiones informada.



En el siguiente cuadro propón 3 hábitos que podemos formar gracias a la observación automática

1. Señal	2. Anhelo	3. Respuesta	4. Recompensa
6 am frente al espejo antes de ir al colegio	Peinarme de forma diferente	me auto observo en el espejo y me peino diferente	sorprender a mis amigos cuando nos encontramos
Me dan el dinero de la semana	Comprar ese juguete que tanto me gusta	Auto observar mi cumplimiento en guardar el 50% de mi mesada	Me felicito porque estoy alcanzando mi plan de ahorro.
		Auto observar	
		Auto observar	

Auto obsérvate y completa el siguiente cuadro.

ACTIVIDAD	SOY MUY BUENO	NO SOY TAN BUENO Y PUEDO MEJORAR
Actividades de planeación y seguimiento	1. Me gusta planear los fines de semana con mamá 2. 3. 4.	1. No me gusta cambiar de planes. 2. 3. 4.
Actividades financieras	1. Planeo que regalos quiero de cumpleaños y le explico a mi mamá 2. 3. 4.	1. No me gusta ahorrar de mi mesada semanal 2. 3. 4.
Actividades lúdicas.	1. Me encanta jugar fútbol. 2. 3. 4.	1. No me gusta resolver sopa de letras. 2. 3. 4.
Actividades académicas.	1. Me encanta resolver laberintos 2. 3. 4.	1. 2. 3. 4.

EVALUACIÓN:

COMPARTE TUS HALLAZGOS: _____

¿Conoces historias similares a la de Lito y Lima? Comparte con tus compañeros

_____

_____

Describe con tus palabras, que te deja la importancia de auto observar nuestras acciones antes de tomar decisiones.

_____

_____

BIBLIOGRAFÍA: