



# Pasos para tomar decisiones

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

## Los pasos que hay que tomar para tomar decisiones:

1. Explica la situación.
2. Haz una lista de las opciones.
3. Piensa en las posibles consecuencias y en los beneficios.
4. Considera los valores.
5. Toma una decisión y actúa.
6. Evalúa la decisión.

## Ejemplo en clase: \_\_\_\_\_

1. Explica la situación.		
2. Haz una lista de las opciones.		
3. Considera las posibles consecuencias y los beneficios.	Consecuencias	Beneficios
4. Considera los valores.		
5. Toma una decisión y actúa.		
6. Evalúa la decisión.		

Incluido con el permiso de California After School and Healthy Kids Resources Center's training: Raisins or Roll-Ups, What's Better for Me? (Centros de Recursos Extracurriculares y de Niños Sanos de California: ¿Pasitas o rollitos? ¿Qué es mejor para mí?) (2009)



Para información sobre CalFresh, llame al 1-888-9-COMIDA. Financiado por SNAP-Ed del USDA, un proveedor y empleador que ofrece oportunidades equitativas. Para consejos saludables, visite [www.CampeonesDelCambio.net](http://www.CampeonesDelCambio.net).