

Guía para talleristas

SESGO

de autovalidación

Conoce más sobre la toma de decisiones



BANXICO
EDUCA

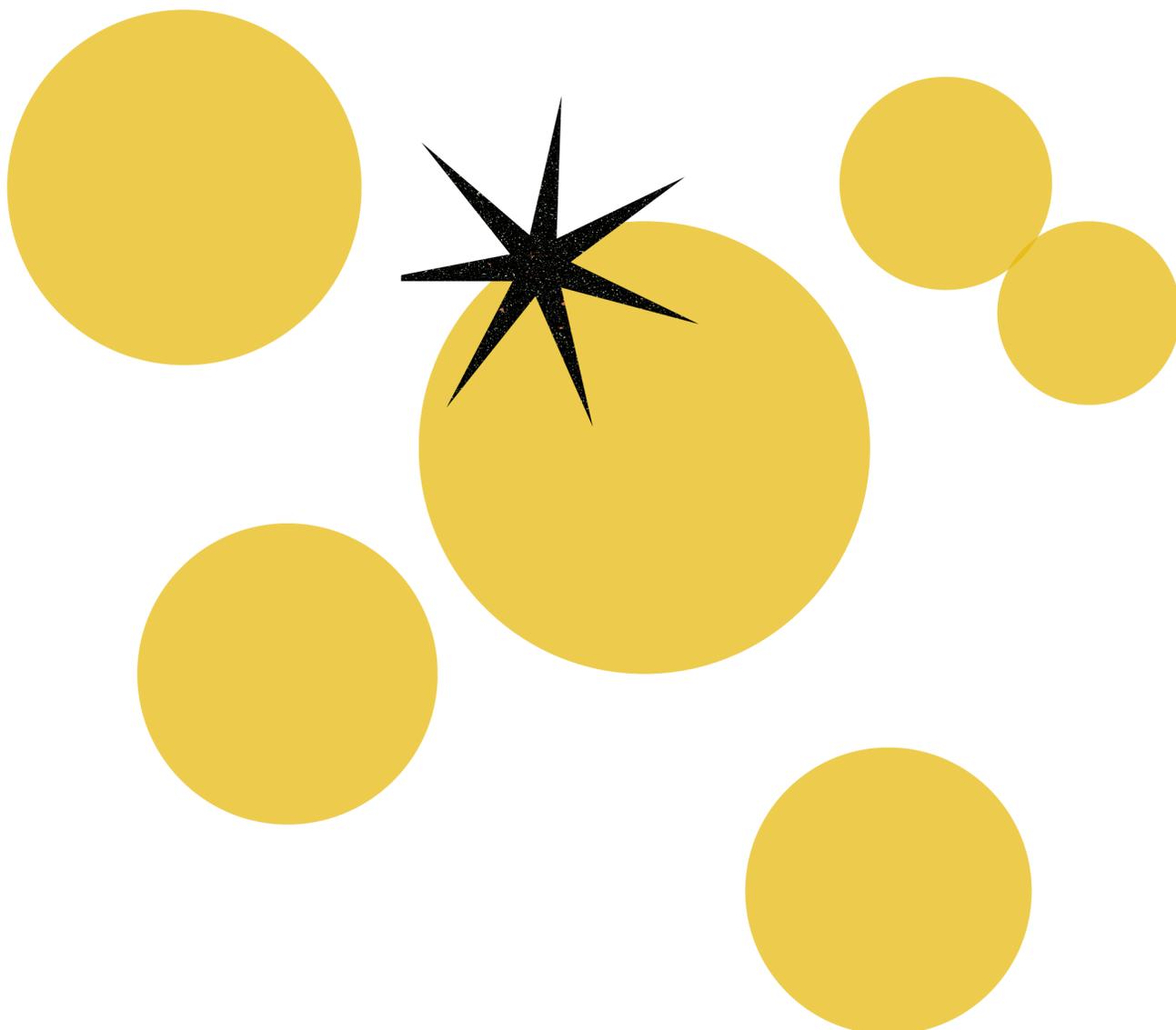


Confié demasiado en mis ideas

Si alguna vez has identificado un exceso de confianza con tus propias ideas, es momento de conocer algunos de los mecanismos que ponemos en acción al tomar decisiones **basadas en creencias**.

Con esta **Guía** podrás llevar este tema a tu clase o equipo para que juntos aprendamos a tomar

decisiones más flexibles.



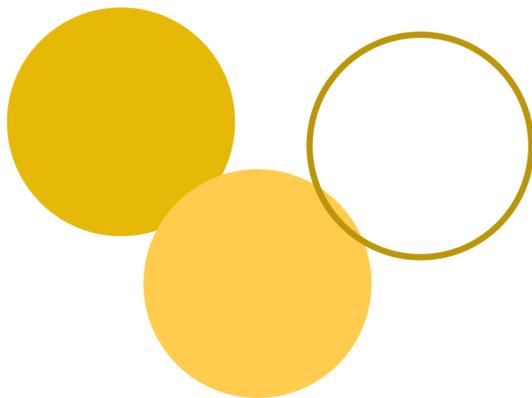
Lo primero:

¿Qué es un sesgo?



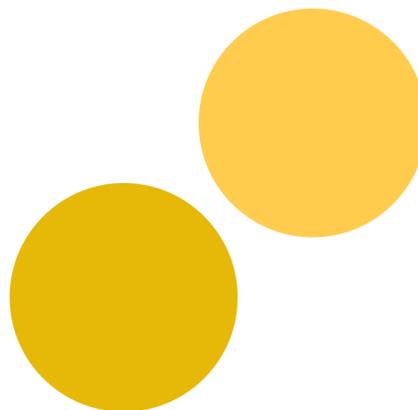
Los **sesgos** son un rasgo adaptativo de nuestro cerebro. Son el resultado de dar prioridad a una **respuesta veloz** respecto al análisis racional de las variables en el entorno.

Si quiero.



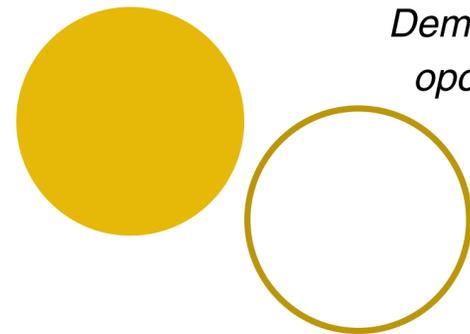
Mejor mañana.

Me encanta.



No tengo tiempo.

Demasiadas opciones.



Para tener en cuenta:

Tomar decisiones lleva tiempo y esfuerzo. En el proceso se involucran nuestros sentidos y emociones, nuestro estado físico (si hemos comido o si estamos cansados, por ejemplo), las opciones disponibles frente a nosotros y hasta los estímulos del entorno.

La mezcla de estos elementos nos puede llevar a tomar decisiones poco analizadas o incluso **inconscientes**.

Reconoce el

SESGO DE AUTOVALIDACIÓN



Es un rasgo natural de nuestro pensamiento caracterizado por **un exceso de confianza en nuestras creencias**, limitando nuestra capacidad de comparar, reorganizar, dialogar o poner en perspectiva una idea, dando por válidos los propios pensamientos y olvidando la varianza de los datos.

También es conocido como **sesgo de confirmación** debido a que damos por hecho cosas con información limitada.



En el presente:

¡Estoy seguro de que esto va a suceder!



En el futuro:

Siempre supe que eso no iba a suceder.

Una historia para imaginar

Imagina que estás al borde de una piscina. Algunos desconocidos te observan y lanzan predicciones del tipo: "no se avienta porque le da miedo" o "¿cuánto apuestas a que sí se avienta?". Ellos parecen tenerlo muy claro, pero durante esos segundos transcurridos ni siquiera tú sabes si te lanzarás o no, mientras ellos parten de sus propias creencias para **confirmar algo de lo que no tienen suficiente información.**

Las experiencias previas, las convenciones sociales, los valores, las tradiciones y hasta nuestro estado de ánimo influyen para sentir mayor o menor confianza en nuestro propio criterio. Aunque las creencias nos facilitan el análisis de información y la toma de decisiones, éstas son intersubjetivas, es decir, dependen de los factores del presente, y por ende, están sujetas a fallos.

HOJA DE APUNTES

Cinco
ideas para
compartir
en tu taller.

¿Tomas decisiones extremas?

1

Apostar es una decisión extrema porque no sabemos lo que va a ocurrir. En nuestra vida cotidiana hacemos muchas apuestas, desde el clásico “voy a llegar temprano” hasta cuestiones más complejas como pensar que “no vamos a gastar tanto el fin de semana” o que una persona actuará exactamente como lo imaginamos. Pero esas apuestas son **subjetivas** y a veces apostamos todo aún desconociendo lo que va a suceder.

2

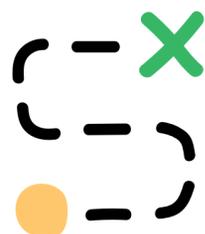
¿Fui muy optimista?

A nuestro cerebro le encanta apostar y es muy fácil que seamos **en extremo optimistas** con los resultados. La razón por la que apuesta en que las cosas sucederán tal cual lo imaginamos es porque naturalmente está condicionado a creer que lo que imaginamos sucederá en la realidad.

Este exceso de optimismo es alimentado por nuestras **creencias**, es decir, por el conjunto de experiencias, convenciones y/o valores alojados en nuestra memoria, mismos a los que podemos dar más peso respecto al análisis de los datos en el presente. Aunque estas creencias nos facilitan el análisis de información y la toma de decisiones, debemos recordar que nuestras acciones podrían estar condicionadas por factores irracionales, y por ende, están sujetas a fallos.

3 Sucederá como lo pienso

¿Sabemos realmente lo que va a ocurrir? Cuando se trata de situaciones subjetivas como lo que pasará en el futuro, la posible opinión de una persona o la siguiente partida de un juego de azar, nuestro cerebro no tiene forma de saber si lo que estamos pensando es cierto o falso. Por ello, al tomar una decisión, lanzamos predicciones basadas en la **confianza de lo que ya sabemos y hemos visto que se repite en el tiempo**, con el riesgo de olvidar que los datos son variables y susceptibles a las condiciones del presente.



En la siguiente Guía te recomendamos cómo puedes realizar dinámicas para asimilar estas ideas.

HOJA DE APUNTES

4 Sesgo de autovalidación

¿Te has dado cuenta que nos contamos una historia sobre todo? Y esas historias, ¿nos las contamos antes o después de que ocurran o las ajustamos con nuestras creencias?

⚠ Caemos en estas tendencias porque nuestro cerebro necesita ser optimista sobre su propia toma de decisiones. El optimismo se manifiesta en contarnos la historia que mejor nos haga sentir sobre un acontecimiento (creencia) o en elegir la opción que se presente más rápido en nuestro análisis, sin comparar o aceptar otros puntos de vista.

A este rasgo del pensamiento que nos hace tomar decisiones tan extremas se le conoce como sesgo de autovalidación **porque es darle la razón a nuestras propias ideas sólo por estar alojadas en nuestra mente**, lo cual también significa ser excesivamente optimistas con ellas.

5

Decisiones flexibles

La autovalidación es dar por hecho que lo que pensamos es una realidad, y que se cumplirá tal cual lo imaginamos, olvidando que en una decisión pueden intervenir muchos factores, como el tiempo, la influencia de los otros, tu cansancio, una oferta atractiva, nuestra mala organización, etcétera.

¿Cuáles son las historias más ridículas, extrañas o riesgosas que te has contado últimamente?, ¿Tus propias creencias han puesto en riesgo tu presupuesto, tu tiempo o tus planes?

Una de las mejores de aprender es compartir. Involucrar a otros en nuestras ideas, experiencias, planes y compromisos financieros (como ahorrar con toda la familia cuando salen de viaje) son alternativas que nos permiten dar más realismo a nuestras historias, y así evitar tomar decisiones irracionales.

SESGO DE AUTOVALIDACIÓN

Taller para jóvenes y adultos

Número de participantes: Hasta 30.

Duración: 45 minutos.

BANXICO EDUCA

Descripción breve	Materiales
<p>En este taller tendremos tres misiones. En cada una descubriremos cosas sobre nuestra mente y cómo funciona cuando se trata de tomar decisiones sobre nuestro dinero, tiempo y energía.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Cuerda larga de mínimo 6 metros. • 1 cuerda pequeña de máximo 20 cm por participante. • 2 cajas para guardar las cuerdas. • Tarjetas intertemporales*.• Radar de mis decisiones.  <p>*Incluidas en este documento.</p>
<p>Protocolo especial</p>	<p>A la cuerda larga se le deben hacer nudos con la siguiente secuencia:</p> <ul style="list-style-type: none">• Un nudo al inicio, un nudo después de 40cm, y el resto de la cuerda sin nudos.• Toda la cuerda se guarda en una caja y se deja solo el primer nudo visible al público.• Las cuerdas individuales se guardan en otra caja.
<p>Introducción</p> <p>Secuencia 10 min.  </p> <ul style="list-style-type: none">• Los participantes formarán un círculo.• Mediante preguntas acorde a la edad del público, invitar a imaginar todo lo que vivieron el día de ayer: <i>¿qué hiciste?, ¿con quién platicaste?, ¿comiste en el mismo lugar de siempre o en uno nuevo?, ¿compraste algo?, ¿estuviste satisfecho con tu compra?</i>• Motivar la reflexión de que cada día es muy valioso porque aprendemos cosas y confirmamos otras.• Entregar a cada participante con mucha solemnidad una cuerda. Mencionar que esa cuerda representa todo lo que vivieron y aprendieron el día de ayer.• Mostrar con mucho misterio una caja vacía y lanzar la pregunta: ¿cambiarían todo su día de ayer por un conocimiento nuevo y valioso que se encuentra aquí dentro?, ¿se animan a ser curiosos y apostar?• A continuación, se acercará la caja a quienes hayan respondido que sí para que puedan guardar su cuerda. <p>El objetivo de esta actividad es que experimenten el apostar algo simbólico por una promesa de algo totalmente desconocido.</p>	 <p>Al finalizar Compartir el punto 1 de la Hoja de apuntes.</p>

Misión 2

Secuencia 15 min.



- Se muestra a los participantes la segunda caja (que contiene la cuerda con los nudos). Mencionar que de esa caja saldrá el nuevo aprendizaje por el que varios apostaron.
- Pedir a un voluntario (de los que entregaron su cuerda) que pase al frente junto a la caja. Las instrucciones son:
 1. El voluntario deberá introducir la mano a la caja y decir qué siente.
 2. Indicar que **esa cuerda tiene algunos nudos**, y que para resolver la misión debe sacar un fragmento de cuerda (de 40 cm que equivale a la medida de su codo a su mano) y **predecir** si ese fragmento contiene un nudo o no.

Por cada intento el tallerista pregunta: *¿crees que la cuerda que sacarás tiene nudo o no?*

Al tercer intento motivar al público a lanzar sus propias predicciones en voz alta.

Mencionar una advertencia: El quinto intento es una decisión extrema, porque a partir de ahí, si la apuesta resulta errónea, otro participante tendrá que donar obligatoriamente su cuerda y continuar el juego.

Nota: Esta misión tiene por objetivo identificar que podemos ser muy optimistas con nuestras apuestas, ya que la cuerda solo tiene nudos en la primera parte y después ya no.

Celebra los aciertos de los participantes y motívalos a seguir participando. Cuidar que la cuerda no se atore dentro de la caja y que el participante no saque más de 40 cm de la caja.

Al finalizar

Compartir el **punto 2 y 3** de la Hoja de apuntes.

Secuencia 10 min.



- Es momento de seguir descubriendo las formas tan extremas que tiene nuestro cerebro para tomar decisiones.
- Se piden tres voluntarios de los que ya apostaron su cuerda.
- Al frente hay varias tarjetas que representan sensaciones que las personas experimentamos cuando tomamos decisiones. Elegir una que represente la razón por la que apostaron su cuerda desde el inicio.
- Cada participante explicará su tarjeta.

Para continuar

Compartir el **punto 4** de la Hoja de apuntes.

Misión 3

Secuencia 10 min.



- ¿Podemos tomar decisiones más flexibles?
- Todos forman un círculo de pie.
- ¿Recuerdan nuestra caja que contiene los aprendizajes que algunos apostaron? (**Entregar caja a una persona que no tenga cuerda**).
- La persona elegida tendrá que tomar una decisión extrema porque ahora tendrá que volver a repartir esas cuerdas, y puede tomar el criterio que sea (no debe decirlo en voz alta).



- Una vez repartidas las cuerdas se harán equipos de 3 a 5 personas.
- De la manera más rápida cada participante o equipo deberá decir en voz alta un producto o servicio que siempre pagarían si tuvieran dinero ilimitado.
- ¿Cuáles son las historias más ridículas, extrañas o riesgosas que te has contado cuando gastas en ese producto o servicio? **La misión final final es que por grupo comenten esas ideas y formen con sus cuerdas una figura que represente esa creencia o idea irracional.**
- Cada equipo describe lo que representa.

Al finalizar

Compartir el **punto 5** de la Hoja de apuntes.

Se entrega el Radar de mis decisiones para realizar una autoevaluación del tema.

Consejo Banxico

Pon a prueba tus creencias y descubre que iniciar un ahorro es la mejor manera de contarte una mejor historia sobre ti y tus decisiones.

<https://educa.banxico.org.mx/recursos/pdf/%7BCB9AE31B-4DD6-64F3-B13D-BD0D16211139%7D.pdf>



Palabras clave

Creencia

Conjunto de ideas que se asumen como verdaderas.

Desde el desarrollo del lenguaje hace 70,000 años, las creencias nos han permitido desarrollar tipos de cooperación más estrechos y refinados. La capacidad para generar y reproducir ficciones nos otorga la capacidad de cooperar de manera flexible y en gran número con desconocidos, pues nos permite imaginar de manera colectiva, promover orden social y generar identidad.

Impulsos irracionales

Procesos internos autónomos que definen nuestras preferencias y motivaciones. Prejuicios cognitivos inconscientes, guiados por la emocionalidad y las condiciones ambientales.

Instinto

Conjunto de pautas de reacción que contribuyen a la conservación de la vida del individuo y de la especie. Reacciones automáticas, ágiles e involuntarias.

Conducta natural no aprendida que se transfiere genéticamente entre los seres humanos y que les permite responder de un mismo modo frente a una serie de estímulos.

Libre albedrío

Percepción consciente en la toma de decisiones. Aunque el libre albedrío es un tema con diversas variables sujetas a comprobación por sus interconexiones de moral y biología, el experimento del neurólogo Benjamin Libet ha iniciado interesantes líneas de investigación: al colocar a diferentes personas en plena libertad y voluntad frente a un botón que podían pulsar en el momento que sea, Libet registró tres canales de identidad:

- El momento en que las personas narraban que habían tomado la decisión, lo cual es una creencia subjetiva.
- La actividad muscular para conocer el momento en que los participantes pulsaban la tecla (el cual tenía un desfase de 300 milisegundos entre el momento conscientemente reconocido en la narración).
- La actividad cerebral donde se registró que los participantes ya habían deliberado medio segundo antes de la actividad muscular.

La variante entre elección inconsciente y acción consciente entre la que se determinaría el libre albedrío aún es un misterio para la ciencia.

Sesgos

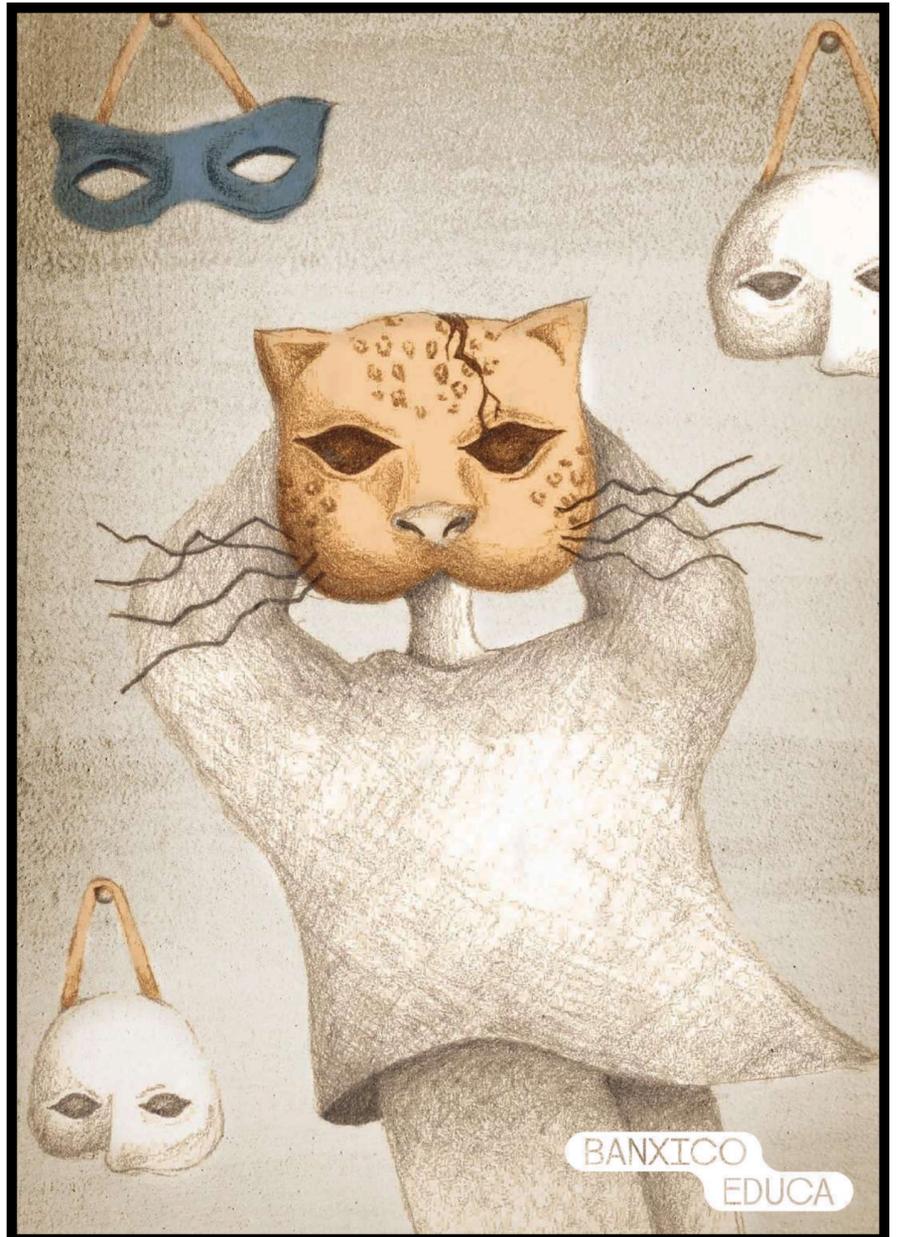
Rasgos naturales de nuestro proceso de pensamiento. Son el resultado de las respuestas ágiles que genera nuestro cerebro para la toma de decisiones.

Interpretaciones parciales de una situación, errores en el análisis de información o cambios de rumbo de la forma de pensar esperada en contextos determinados.

Tarjetas intertemporales

Imprime y recorta

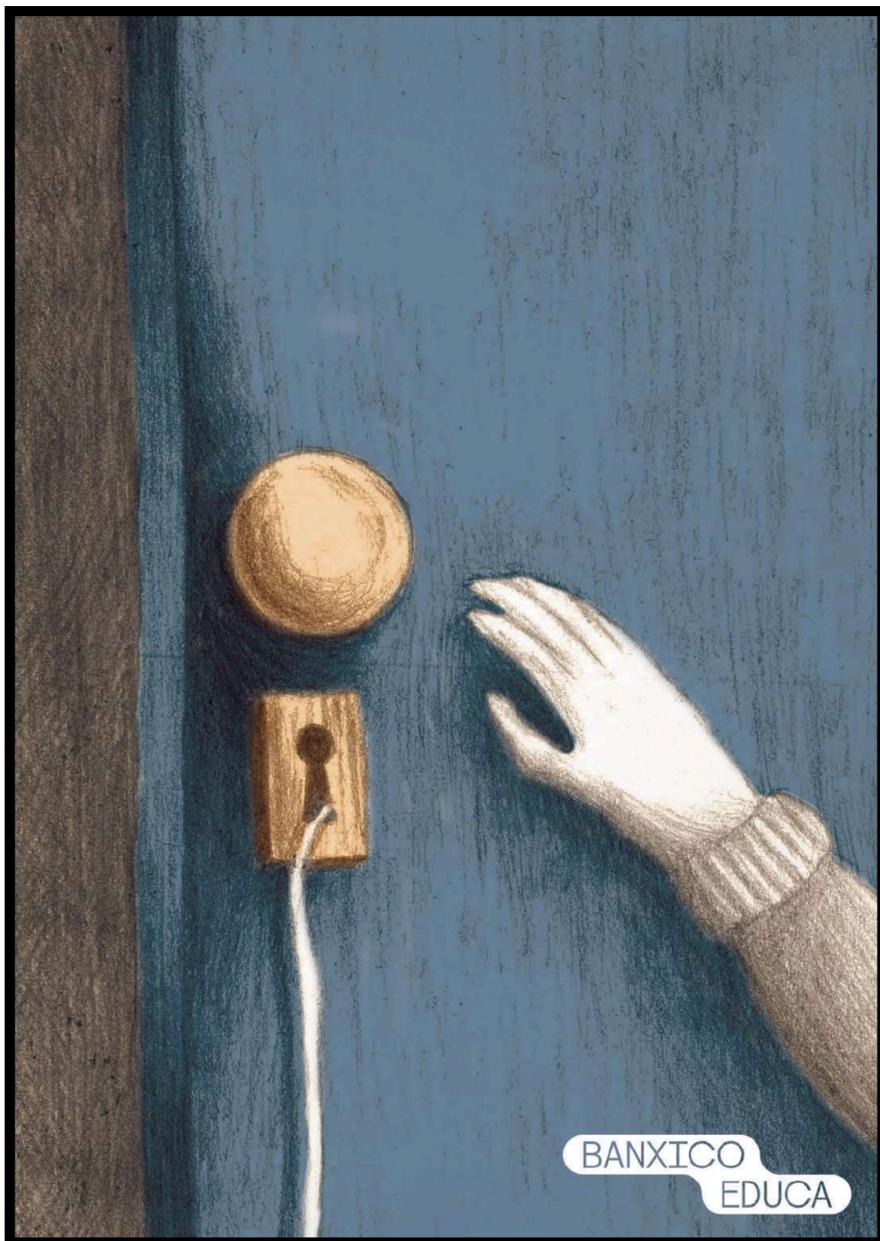
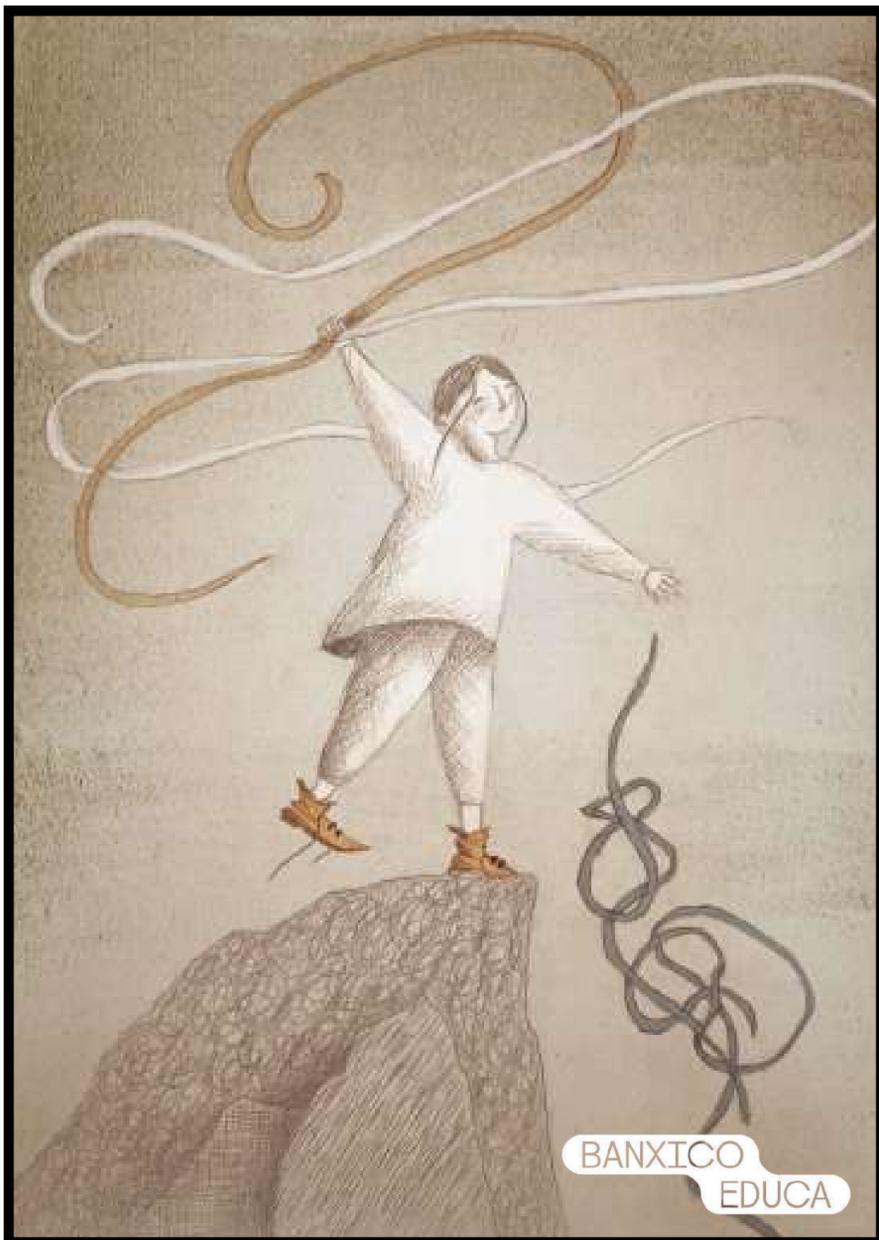
Utilízalas en tu taller para fomentar el diálogo, permitiendo que cada participante genere sus propias interpretaciones.



Tarjetas intertemporales

Imprime y recorta

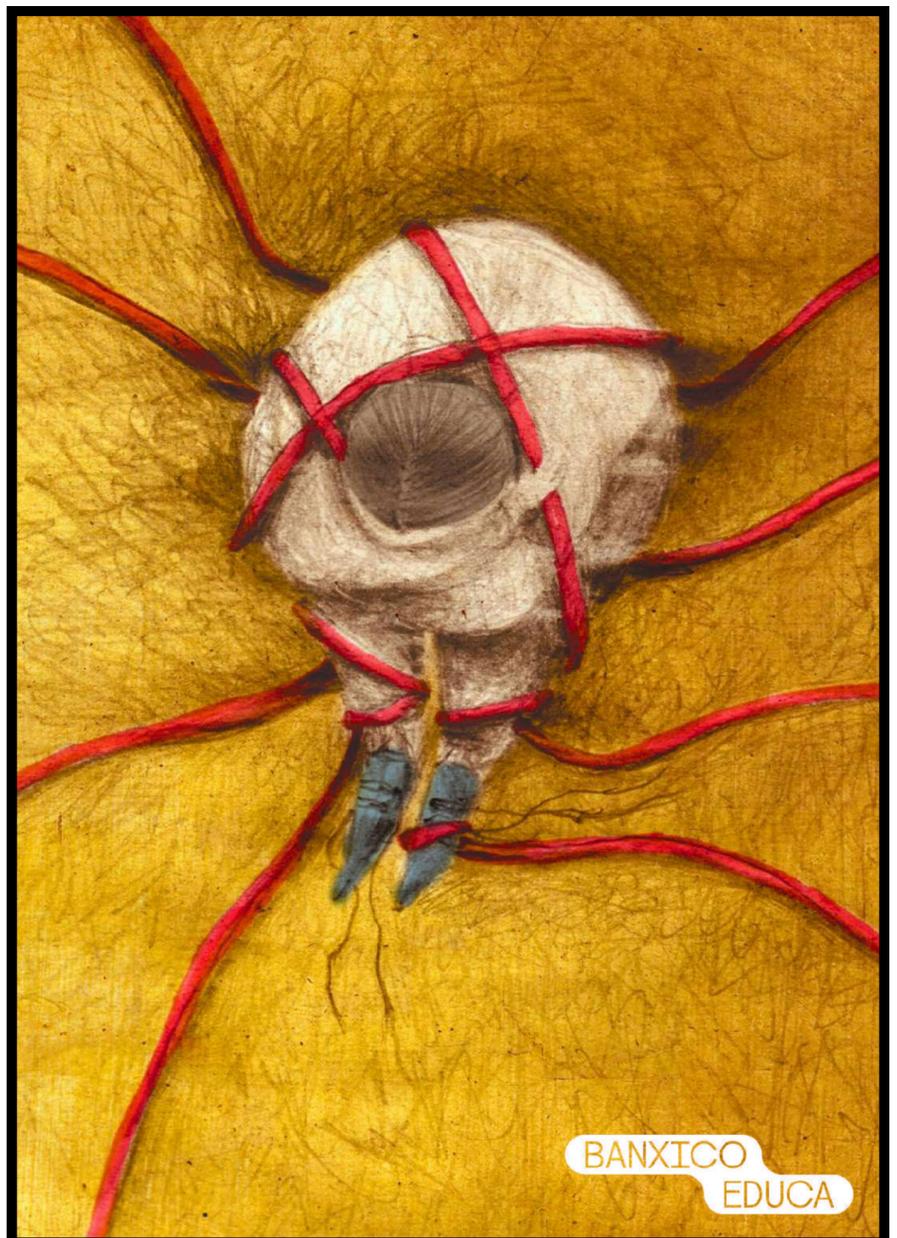
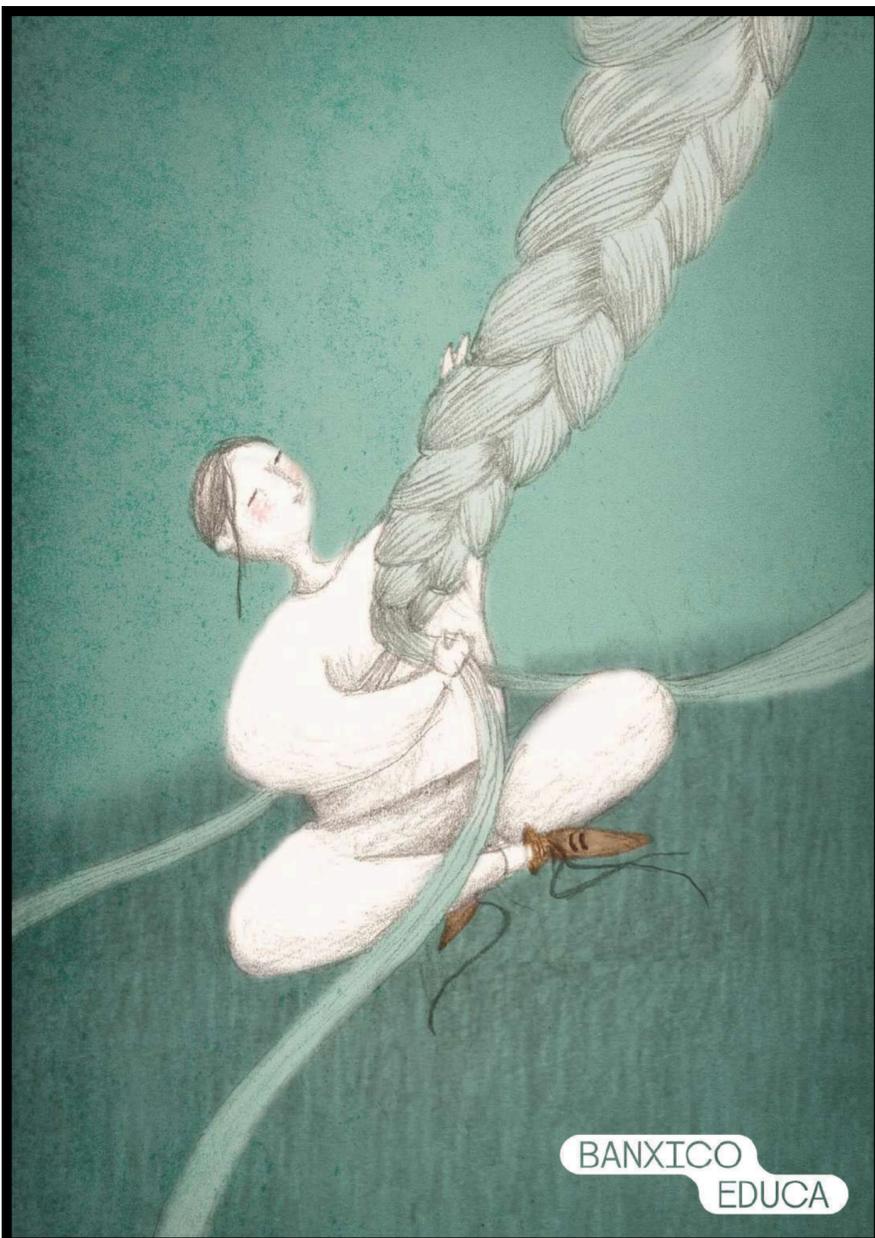
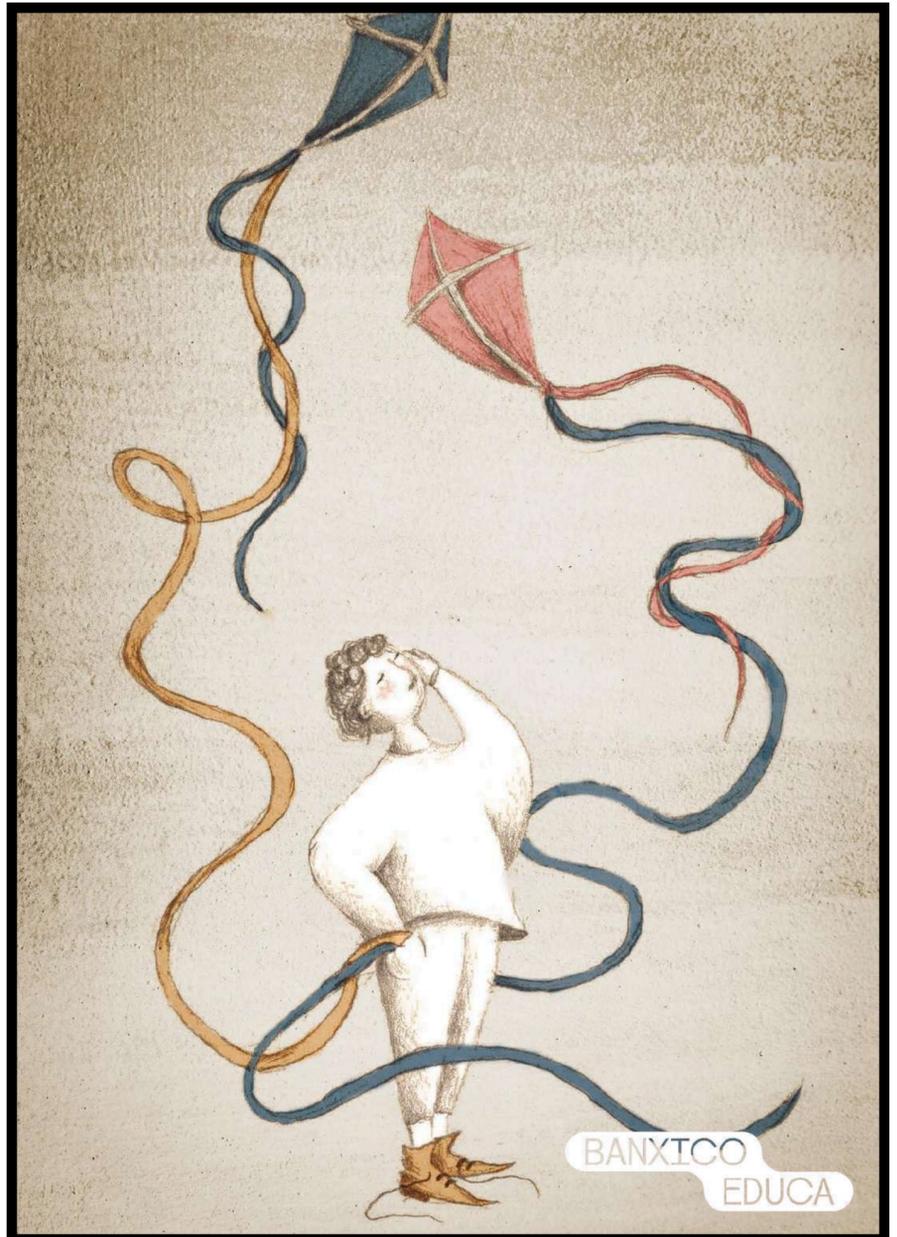
Utilízalas en tu taller para fomentar el diálogo, permitiendo que cada participante genere sus propias interpretaciones.



Tarjetas intertemporales

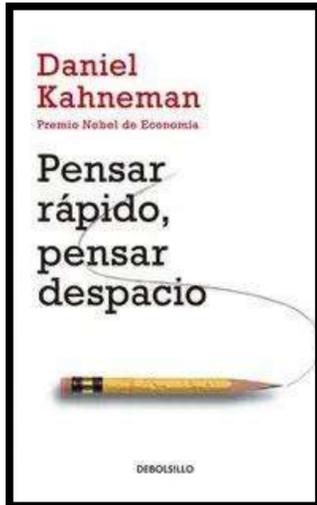
Utilízalas en tu taller para fomentar el diálogo, permitiendo que cada participante genere sus propias interpretaciones.

Imprime y recorta

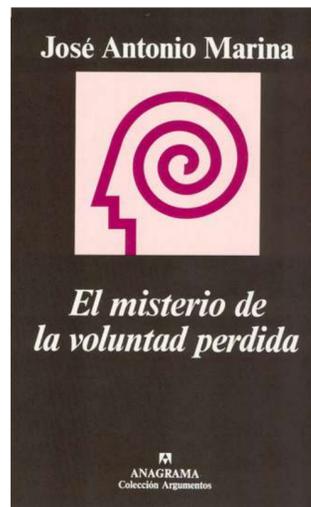


Bibliografía

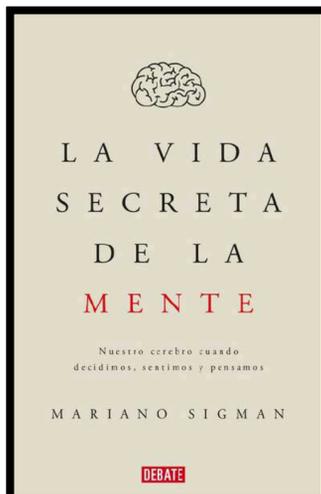
para conocer más sobre tu toma de decisiones



Pensar rápido, pensar despacio.
Daniel Kahneman.



El misterio de la voluntad perdida.
Jose Antonio Marina.



La vida secreta de la mente.
Mariano Sigman.